

# 鼻部術後須知

## 一、手術後常見問題

1. 出血：手術後預防出血，醫師會為您塞止血棉，如果覺得喉嚨一直有液體往後流、持續吞口水、鼻或口持續流出血水、嘔吐鮮血...等狀況，請立即告知護理人員。
2. 呼吸困難、腫脹：因鼻部塞止血棉造成術後的鼻酸脹，完全無法由鼻腔呼吸，須改由口呼吸，部份因不習慣可能覺得呼吸困難、胸悶的情形。
3. 口腔喉嚨乾燥、異味：因張口呼吸及出血會覺得口乾舌燥、口腔有異味，可多喝水及漱口或塗抹護唇膏，減少口腔乾燥、口臭情形。
4. 吞嚥困難、疼痛：因鼻部填塞止血棉造成吞嚥問題；傷口引起疼痛。
5. 黑便：因鼻腔血液往後流，不知覺中會吞下，因此術後 2~3 天您會有解黑便情形，若吞下的量較多，可能會嘔吐出暗紅色的嘔吐物。
6. 手術後容易產生鼻酸或流眼淚，甚至因鼻部填塞物堵住鼻淚管，可能出現眼睛流出血水等症狀，是正常的不用驚慌。
9. 眼睛周圍瘀青：因鼻部手術導致，會逐漸消退。

## 二、手術後注意事項

1. 冰敷患部可達到減輕疼痛、消腫及止血的目的，每次冰敷 20 分鐘，休息 20 分鐘（如圖一）。
2. 採半坐姿，以減輕鼻部局部腫脹及促進引流。
3. 鼻部敷料滲濕時，可向護理師拿取紗布及紙膠進行更換。
4. 鼻部填塞紗布會堵住鼻淚管，分泌物由眼睛流出是正常現象，請勿緊張害怕。
5. 鼻部填塞止血紗條通常在手術後第 3~4 天由醫師移除，不可自行取出。
6. 初次下床前請坐床邊 5~10 分鐘，不會頭暈在下床活動，下床活動時須有人陪伴，以維護安全。
7. 兩星期內請勿用力擤鼻涕、挖鼻孔，或做鼻涕倒吸的動作，以防鼻腔因過度用力導致出血，若有激烈打噴嚏、咳嗽情形請告知醫護人員。
8. 若無特殊限制，每天至少應攝取 2000~3000cc 的常溫水分，以幫助稀釋分泌物



圖一 鼻部冰敷

圖片來源：  
<https://www.shuicaimi.com/article/261225.html>

# 鼻部術後須知

及化痰並減緩口乾不適等情形。

9.避免閉氣或用力解便，若有便秘情形請告知醫護人員。

## 三、飲食

1.麻醉清醒後：

先喝水	
無噁心想吐感	
可進食冰冷軟流質食物	 冰牛奶  布丁  豆漿  冰淇淋  豆花
無不適反應	
可進食冷軟質食物	 麵  粥  麵、粥等需完全放涼再食用

圖片來源：<https://zh.pngtree.com/so/>、<https://www.pinterest.com/>、<https://588ku.com/ycpng/12208425.html>

2.禁忌：(1)熱食、辛辣等刺激性食物，例如：菸（含電子煙）、酒、咖啡、油炸物的食物，易影響傷口癒合；(2)兩星期內禁止吃補品、酒、荔枝、龍眼，以免再出血（如圖二）。

禁忌			
----	---	--	---

圖二 圖片來源：<https://zh.pngtree.com/so/>

3.可多吃高蛋白（如：肉、蛋、魚及豆類）、高維生素（如：深色蔬菜、水果）的食物。

## 四、居家照顧

- 1.鼻內紗布抽除後，仍可能鼻塞、有鼻分泌物，請勿擤鼻、挖鼻，以免再出血。
- 2.傷口癒合期間會有黑色痂皮或血塊從鼻孔或口腔掉出，是正常現象，請勿自行

# 鼻部術後須知

挖除。

3.避免濕冷的環境或著涼，保持室內溫度穩定；早晨空氣較冷，出門時可戴口罩保暖。

4.術後兩星期內宜注意：

(1)打噴嚏時應張開嘴巴並以手輕堵鼻孔，勿用力擤鼻涕、挖鼻孔。

(2)勿用太熱的水洗臉或洗澡。

(3)避免用力解便、咳嗽、彎腰低頭的動作，也勿劇烈運動（如：伏地挺身）或舉重物（15公斤），以避免增加鼻腔血管壓力導致出血。

5.三週內勿揉鼻子或擠粉刺等動作，以免傷口裂開造成感染或鼻骨移位。

6.鼻部出血時請保持坐姿，頭略前傾，手捏住雙鼻子同時冰敷鼻樑 10~20 分鐘。

7.眼睛或鼻子周圍瘀斑，幾天後會逐漸退色且鼻部外觀腫脹，約兩個月後可完全改善。

8.若病人有鼻部過敏情形，手術後應避開過敏原，以防出現打噴嚏、鼻塞或咳嗽情形。

9.出院後按醫師指示服藥，及回診檢視傷口。

## 五、若有以下情形，請儘快返回本院就醫

1.鼻部腫脹、疼痛加劇，鼻分泌物惡臭有膿。

2.持續發燒，38°C 以上。

3.按時服藥及回診。

4.大量鼻出血，禁止自行處理，應由親友陪同速回醫院急診處理。

## 參考資料

徐淑芬 (2023) · 鼻部疾病與護理 · 於王桂芸、劉雪娥、馮容芬總校訂，新編內外科護理學（七版下冊，CHP17 92-105頁）· 永大。

蔡麗絲、黃士茲 (2020) · 眼、耳、鼻、喉疾病病人之護理 · 於胡月娟總校訂，內外科護理學（六版下冊，1085-1092 頁）· 華杏。

陳盈竹 (2024) · 鼻竇炎術後注意事項 · 手術善其事，取自 <https://www.presurgmedia.com/knowledge/sinusitis#Under-Surgery>