

靜脈曲張手術後護理指導

壹、手術後注意事項

- 一、當您由手術房返室後，醫護人員會依照醫生的指示，告訴您何時可以進食。
- 二、手術後請多做深呼吸及咳嗽之動作，將痰液咳出促進肺部擴張，以減少手術後併發症，如：發燒、肺部感染等。
- 三、鼓勵早期下床活動，以促進腿部血液循環；第一次下床時需有人在旁協助、陪伴。
- 四、臥床休息時，請抬高患肢，促進腿部血液回流。
- 五、包紮傷口的紗布及繃帶應保持乾燥，當您發現繃帶外有滲血或腳有緊繃、腫脹、趾頭有麻木感或皮膚顏色呈藍黑色時，請立即通知護理人員處理。
- 六、術後隔天會將繃帶拆開換藥，請準備醫療等級(一級以上的彈性襪)，由醫護人員教導正確使用方式。

貳、穿著彈性襪之重要性

- 一、目的：減輕下肢腿部靜脈負擔，促進血液回流。
- 二、穿著彈性襪的步驟如下圖示(1~7)：



1. 單手伸進襪桶內

2. 抓住襪子腳跟

3. 將襪子反摺翻面

4. 雙手把襪子撐開



5. 讓腳尖穿進去



6. 將襪子套到足跟



7. 向上拉與調整

三、著彈性襪注意事項

- (一)臥床平躺時盡量將雙腳抬高過心臟，15 分鐘後再穿彈性襪，建議早晨起床先穿著彈性襪後再下床。
- (二)睡覺時脫下彈性襪，避免皮膚受壓太久。
- (三)長期臥床的病人，彈性襪穿著時間勿超過 8-12 個小時，鼓勵多執行下肢被動運動。

參、出院後請注意以下事項，以免再復發：

- 一、從事規律之運動，例如：慢跑、游泳、快走。
- 二、坐時勿翹腳，以免小腿靜脈緊縮，影響靜脈血回流。
- 三、避免用力解便，多吃蔬菜水果。
- 四、肥胖者應減輕體重。
- 五、應時常改變姿勢，避免久坐或久站。
- 六、請依醫師指示，定時回診追蹤，手術後 10-14 天後會安排門診複診及拆線。

肆、如有下列情形請儘速就醫

雙腿麻木、下肢皮膚蒼白、發紅、變黑、感覺異常、傷口癒合不良、紅腫熱痛等發炎現象等。

伍、諮詢服務電話

(02) 89667000 轉 4792 (7G 心血管病房)

(02) 89669000 (預約掛號專線)

陸、參考資料

蔡青青 (2017)·心臟血管系統疾病病人的護理·於蔡秀鑾、廖張京隸總校閱，
最新實用內外科護理學 (11-79-11-82頁)·台北：永大。

柒、複習一下

問題1.() 手術後臥床休息時，請抬高患肢，促進腿部血液回流。

問題2.() 穿彈性襪主要是能減輕下肢腿部靜脈負擔，促進血液回流。

問題3.() 當出現雙腿麻木、下肢皮膚蒼白、發紅、變黑、感覺異常、傷口癒合不良、紅腫熱痛等發炎現象，請儘速就醫。

編印單位:護理部 7G (CVS-009)
編印日期:2008年07月05日第1版
修訂日期:2020年05月31日第8版
全院編碼:亞東醫院出版品 (SH390)
材物編碼:MS4905A816
宗 旨: 持續提升醫療品質 善盡社會醫療責任
願 景: 成為民眾首選的醫學中心

正確答案

問題1：○ 問題2：○ 問題3：○