

腕隧道症候群術後護理指導

◆術後護理

1. 評估感覺及活動度，並與術前做比較，術後的前 24 小時，每 2 小時評估一次，然後每班評估一次感覺及活動度。
2. 患肢以枕頭抬高與心臟同高，以減輕疼痛、腫脹及增進循環；下床活動時，以三角巾懸掛患肢。
3. 保持石膏或副木使用，隨時注意有無不適或皮膚是否破損。
4. 患肢手指仍可活動，避免肢端僵硬。
5. 按時服用止痛藥，可以有效止痛。
6. 於手術當天或手術後一天即可出院。

◆出院護理指導

1. 傷口照護：保持傷口清潔與乾燥，每日依醫囑更換敷料，於返家使用相關衛材，可至本院一樓醫療用品店或一般藥局購買。
2. 持續使用副木 10-14 天（直到返診追蹤，經醫師診視後，不需使用才可移除），每日早晚取下副木，檢查皮膚是否有破損，並適當的清潔。
3. 避免患肢長期下垂，宜保持傷口略高於心臟，以免患肢腫脹疼痛，可嘗試輕度抓握運動，促進血液循環。
4. 待副木取下約 10-14 天後，依醫囑及其工作的性質，考慮恢復工作的時間，並進行復健計畫。
5. 避免手腕過度使用，並注意姿勢和使用的正確性及運動防護，以預防和減少不適。

◆若有以下徵象請立即就醫：

1. 傷口持續滲血或滲液厲害。
2. 傷口紅腫或疼痛加劇。
3. 發燒 38.0°C 以上。



國立成功大學醫學院附設醫院斗六分院

關心您

製作單位：8 病房製

製作日期：9705

修訂日期：10605

DL-08-1-001