

## 截肢病人出院的護理指導

- 1、每天至少兩次以彈性繃帶重新包裹殘肢，以促進血液循環。重新包裹時，要一面觀察傷口縫合處及傷口皮膚的復原狀況。
- 2、為預防殘肢關節屈曲攣縮及外展，可隔 3-4 小時俯臥 20-30 分鐘，注意殘肢不可垂於床緣，並盡可能靠攏健肢。
- 3、當您拆線後，才可以採盆浴或淋浴方式洗澡。
- 4、幻肢痛可能持續一段時間，可藉由藥物或用手輕拍殘肢、穿上義肢起來走動、改變姿勢來改善。
- 5、請攝取良好的營養和適當休息，以利傷口癒合。
- 6、請家人一起參與復健計畫，每天至少做 3 次被動或主動的全範圍關節運動，以增強肌肉力量，將有助於使用輔具下床活動。
- 7、殘肢需使用中性的清潔劑且不可塗抹任何物品：如酒精或乳液，前者會使皮膚乾裂，後者使皮膚柔軟而無法使用義肢。
- 8、如果您要裝義肢，通常是在您傷口完全癒合後，您的醫師會請傷殘中心人員來為您設計測量，以製作適合於您使用的義肢。
- 9、協助義肢適應：規律的依計畫運動，增進力氣和耐力；控制負重自己傷口癒合為止；練習用義肢走路直到步伐自然熟練為止。
- 10、傷口癒合後，一起床即應穿上義肢以避免殘肢水腫，且需整天穿義肢，義肢穿越久，殘肢水腫機會越小。
- 11、可經由社服人員提供社服資源及協助參加支持團體，藉與情境相似的病友分享經驗、獲得協助及減輕壓力，以早日返回截肢前的正常生活。
- 12、當您發現以下任何情況時就必須回醫院就診：
  - 〈1〉患部出現紅腫、壓痛、燒灼痛、有分泌物流出或殘肢腫脹情形時，或出現發高燒等症狀。
  - 〈2〉跌倒而使殘肢再度受傷。

國軍左營總醫院護理部 關心您的健康

如有疑問請撥 (07) 5817121 轉分機