

## 鼻骨骨折術後護理指導

### 一、術後照顧：

- (一) 因手術可能會採局部麻醉並投予鎮靜劑，或採全身麻醉，故在返回病房後請拉起雙側床欄，以維護您的安全。
- (二) 可採半坐臥姿，抬高床頭 30~45 度，或使用枕頭抬高頭部，以促進鼻部靜脈回流，減輕腫脹。
- (三) 手術後為兩側鼻腔止血，均會以凡士林紗條或止血棉條填塞來達到止血跟促進傷口癒合的作用，此時注意事項如下：
  1. 填塞物通常在術後 24~48 小時，由醫師評估後取出，切勿自行取出，以免鼻內出血。
  2. 鼻前會覆蓋紗布，以吸收滲出液，若紗布滲濕，可請醫護人員協助更換。
  3. 請暫時張口呼吸，若出現口乾情形，可以使用冰涼的水潤濕口腔，或塗抹護脣膏，以避免嘴唇過於乾燥。
  4. 因咀嚼及吞嚥食物不便，故初期應避免過熱食物，請採流質或軟質飲食，直至紗條取出後，再恢復正常飲食。若傷口在口腔內無法刷牙，進食後可用棉籤清潔，或以漱口水漱口，以保持口腔清潔，預防傷口感染。
  5. 填塞紗布會暫時堵住鼻淚管，故可能會有眼睛泛紅及腫脹現象。
  6. 手術後至醫師移除紗條 48 小時內，應避免用力擤鼻涕、打噴嚏，若無法避免時，請將口微張，以避免增加鼻內壓，造成出血危險。
- (四) 依醫囑冰敷鼻子及臉頰或額頭，避免直接按壓傷口，以控制出血及減輕腫脹。
- (五) 請吐出積在鼻腔的分泌物，以利觀察傷口有無出血情形，此分泌物勿吞入胃內，避免造成噁心、嘔吐。
- (六) 當您有下列情形，請立即告知醫護人員：
  1. 鼻前之敷料很快因吸收血液而濕透，紗布呈鮮紅色，或有咳血或吐血情形。
  2. 鼻內填塞之紗條脫離或固定之夾板、石膏鬆脫。
  3. 頻繁的吞嚥動作，感覺咽喉部有大量液體倒流。
  4. 脈搏加速，臉部及嘴唇蒼白，四肢冰冷。

### 二、出院時注意事項：

- (一) 手術後鼻部可能會有腫脹及變色情形，此症狀約一週後消失。
- (二) 術後 7~10 天狀況穩定時，可由醫師評估後，移除固定之夾板或石膏。
- (三) 術後約 2 週，請避免以彎腰姿勢洗頭及激烈運動，如：伏地挺身、打籃

球或舉重物，盡量不要用力擤鼻涕、挖鼻孔或碰撞鼻部。

(四)打噴嚏時應以手按住鼻子，由口打噴嚏。

(五)應注意保暖，保持室內適當溫度，以避免感冒。

(六)定期門診追蹤，若有出血、發燒、疼痛、呼吸困難等情形，應儘速返診。

國軍左營總醫院護理部 關心您的健康