

2021/04 修訂

➤ 維持呼吸道通暢

- 1、術後宜採半坐臥姿(床頭抬高30°)。
- 2、術後第二天，盡早下床活動，促進肺擴張以利痰液排出。
- 3、若為絕對臥床病人時，確實執行翻身及背部扣擊技巧，以利痰液排出，若無法自咳痰液時，必要時協助抽痰。
- 4、請多做深呼吸及有效咳嗽。

➤ 維持口腔清潔及黏膜完整

- 1、術後 24小時內，依醫師指示指導您患處冰敷。
- 2、術後盡量少說話，避免口腔傷口出血。
- 3、若口腔內有放置紗布，術後醫師會評估傷口黏膜的穩定情形，移除口腔內紗布。
- 4、醫護人員每日會為您檢查口腔傷口癒合情形。
- 5、如張口呼吸出現口唇乾燥時，可使用潤滑劑(如凡士林或護唇膏)潤滑嘴唇或配戴口罩。
- 6、執行口腔清潔時，請使用海綿口腔清潔棒或棉棒輕柔清潔口腔，以免傷害脆弱的牙齦及黏膜。

☆口腔手術病人，應持續確實維持口腔清潔，預防口腔內傷口感染。

➤ 飲食攝取

- 1、術後幾天內需以鼻胃管進食，醫師會依照病況穩定情形，評估移除鼻胃管時機。
- 2、口內傷口癒合穩定可經口進食時，建議以小湯匙或杯子，勿以吸管用力吸食而影響傷口癒合。
- 3、採少量多餐進食流質或軟質、易消化食物，如：稀飯、牛奶或將食物用果汁機打碎。
- 4、避免抽菸、喝酒及攝取刺激性食物(如酸性、辛辣)，多攝取高蛋白質食物(如肉、蛋、奶、豆類)。



圖：<https://kknews.cc/health/olp55m.html>

5、除限水外，每日攝取水份至少 2000 cc，以維持口腔黏膜濕潤。

➤ 復健運動

1、張口練習

術後第 7-10天開始張口練習，約 1~2小時執行張口，每次持續10分鐘，一天至少練習4次，持續6個月。

2、頸部運動（頸部淋巴廓清術者）

增加肩關節與肩胛骨的活動，(如頸部轉動、傾斜、伸屈動作及肩部擺動、旋轉、上舉、外展動作)。

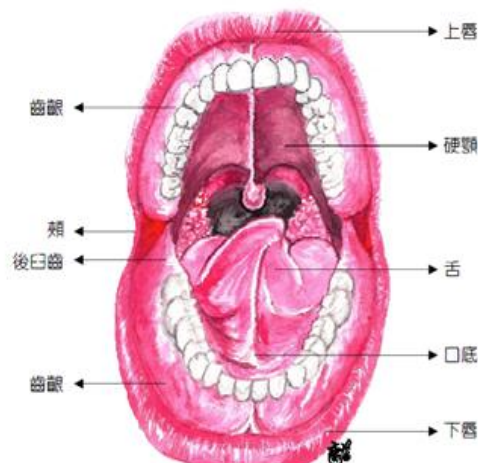
☆為維持肢體正常功能，請依復健治療師指導持續執行復健運動。

➤ 出院小叮嚀，若有下列情形，需立即就醫

- 1、傷口部位出現紅、腫、熱、痛、異常分泌物情形。
- 2、口腔持續出血不止。
- 3、無法進食超過 24小時(如吞嚥困難、口腔疼痛)。
- 4、持續發燒超過 38°C。

☆注意

除了定期回診外，平日請自我檢查口腔內是否出現潰瘍或腫塊、頸部是否有不明腫塊、吞嚥困難或疼痛等症狀，如有疑問儘速回院檢查。



圖：
<https://www.hpa.gov.tw/Pages/Detail.aspx?nodeid=613&pid=1118>

參考資料：內外科護理(上冊四版)(767-771 頁) // 台北市：華杏；癌症護理學(2版)(66-69 頁) // 台北市：華杏；臺灣癌症基金會

製作單位：護理部 11C 護理站

諮詢電話：07-3351121 轉 1172