



# 口腔術後照護須知



阮綜合醫院  
阮綜合醫療社團法人  
YUAN'S GENERAL HOSPITAL

2019/03 製訂、2024/03 修訂

## ► 維持呼吸道通暢

1. 術後宜採半坐臥姿(床頭抬高 $30^{\circ}$ )。
2. 術後第二天盡早下床活動並多做深呼吸及有效咳嗽，促進肺擴張以利痰液排出。
3. 當你需要絕對臥床時，要確實執行翻身及背部扣擊，以利痰液排出，若無法自咳痰液，必要時護理師會給予抽痰。



圖 <https://reurl.cc/p36K1d>

## ► 維持口腔清潔及黏膜完整

1. 術後24小時內，依醫師醫囑指導您患處冰敷。
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，再移除口腔內紗布。
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。

☆手術後需確實維持口腔清潔，預防口腔傷口感染。

## ► 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，要

多攝取高蛋白質食物如：肉、蛋、奶、豆類。

5、除限水外，每日攝取水份至少2000cc，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，可以執行張口練習時醫護人員會為您說明張口練習的方式，以壓舌板輔助每次持續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、轉、上舉、外展動作。

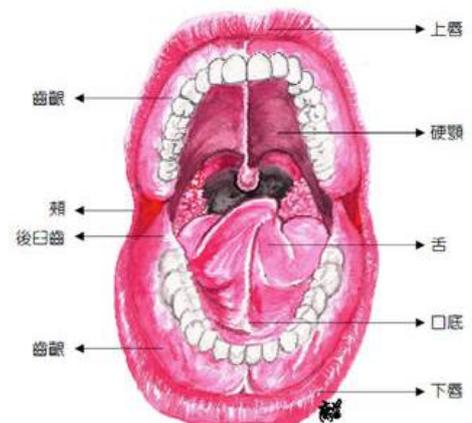
☆為維持肢體正常功能，請依復健治療師指導持續執行復健運動。

### ► 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℃。

### ► 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://reurl.cc/xa7Km5>

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