

O-01人工髖關節置換術後護理指導

- 手術後傷口引流管應適當固定，避免拉扯引流管，觀察引流液及傷口情形。
- 手術後兩腿間須放一枕頭，以維保持髖關節外展，避免人工髖關節脫臼。
- 每1~2小時協助病人翻身，翻身時兩腿間須夾枕頭，以防止患肢內收。
- 手術後若無醫師特殊囑咐，通常在完全清醒後，無嘔吐情形即可進食。
- 手術後第一天可酌情搖高床頭，以不超過60°為宜，可做梳洗、進食和看報等日常活動。
- 多食用含高蛋白、高纖維、高維生素之食物，如魚、肉、蛋、牛奶、豆腐、小魚乾等，以促進傷口癒合。
- 依醫師指示執行復健運動。

一、 手術後照護



二、 居家照護

- (一)繼續執行住院期間所教導之復健運動。
- (二)屈曲髖關節時不可大於90度，以預防髖關節脫位，須注意以下姿勢：
 1. 坐時膝蓋不可與髖部同高。
 2. 平坐床上時，身體不可前傾取物。
 3. 不可坐沒有扶手的椅子，扶手可以安全地幫助您由坐姿站起來。
 4. 坐或躺時，患腿不可交叉；不可彎腰。
 5. 臥床時兩腿間須放一枕頭，以保持髖關節外展；翻身時兩腿間須夾枕頭。
- (三)依照醫護人員的指導，使用拐杖、助行器或手杖，以減輕髖部承受的重量。
- (四)依醫師指示可逐漸恢復活動，不可從事較劇烈的運動，如網球、跑步。
- (五)若有以下現象，須返院診治：
 1. 傷口有發炎症狀：發紅、分泌物、壓痛增加、腫脹、發燒。
 2. 因跌倒而致髖部受傷，疼痛加劇、走路困難。
 3. 在髖關節有喀喀異常聲。