

## 高雄榮民總醫院護理部護理指導單張

科 別	整形外科	編號：7710011
主 題	手部外傷術後注意事項	2001.11.15 訂定
製作單位	71 病房	2025.07.18 七修

### 一、手術後傷口擺放位置

- (一) 手術後，患肢用枕頭墊高及適當支撐（見圖一），保持高過於心臟位置（見圖二）以減輕患肢腫脹，避免壓到或撞到。



一、患肢墊高及適當支撐



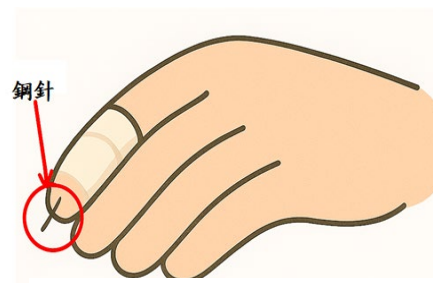
圖二、患肢高於心臟

- (二) 下床時依指示使用手臂吊帶，保持高於心臟的位置，以減少腫脹。

### 二、手術後傷口照護

- (一) 手術後需保持傷口乾燥，預防感染，傷口敷料滲濕時，請立即通知護理師換藥。

- (二) 手術後傷口有鋼針外露者(見圖三)，護理師會向您及家屬說明所需用物的準備與照護方法，並備妥鋼針消毒所需物品（如酒精、雙氧水、棉棒等），指導您及家屬正確的照護與清潔技巧：

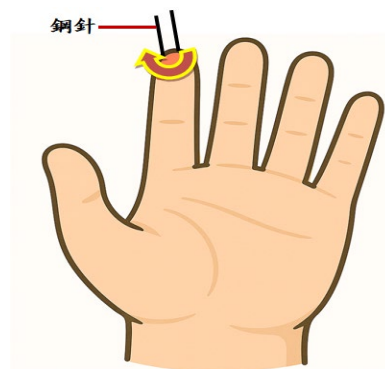


圖三、鋼針外露

1. 請勿自行旋轉固定器的螺絲，或左右推動鋼針，以免造成傷口移位或感染。
2. 傷口需保持乾燥，每日依醫囑清潔消毒 4 次，步驟如下(見圖四)：

(1) 【步驟一】雙氧水清潔：以棉棒沾雙氧水，從鋼針周圍由內向外環形擦拭，幫助軟化結痂與血塊。可輕壓協助清除分泌物，但請避免來回擦拭。

(2) 【步驟二】酒精消毒：另取乾淨棉棒沾 75% 酒精，依相同方式環形擦拭，達到殺菌效果。此步驟請避免向下壓，以減少對傷口的刺激與疼痛。



圖四、消毒方向

3.骨釘／鋼針通常需保留約 4 至 6 週。

4.出院後請依照護理師指導繼續，續在家進行照護與清潔，每日觀察傷口周圍有無紅、腫、熱、痛等發炎症狀。

(三) 手部傷口若有做血管重建術者，要注意：

- 1.手術後患肢依醫師指示使用烤燈適當保暖，因體溫過低會造成血管收縮，引起阻塞。
- 2.醫護師於手術後會協助監測血管重建處的循環狀況，如：外觀、顏色、溫度、微血管充血速度及飽滿度變化，您及家屬也可以協助注意皮瓣顏色，若感覺及顏色異常請通知醫護人員。

表一、為血管重建處血液循環的內容

項 目	正 常	異 常
溫度	溫暖	冰冷
顏色	紅潤	蒼白或發紫
微血管充血時間	1-2秒(適速)	延長或變快
皮膚充實度	飽滿	萎縮或腫脹

### 三、手術後運動和復健

- (一) 由醫師評估及依您損傷程度，會請復健科評估，製作功能性副木，保護縫合的肌腱、神經、血管。
- (二) 請在主治醫師許可及醫護人員指導下開始復健及職能運動，預防患肢變形或攣縮。
- (三) 未受傷部位，必須經常維持關節的適當活動，以避免產生合併症。

### 四、飲食方面

- (一) 維持適當營養，補充富含維生素C的蔬果及高蛋白食物，促進傷口癒合。
- (二) 若無特殊疾病（如：心臟病、腎臟病等）需多喝水，減少血液粘稠度，避免血栓形成。
- (三) 若有糖尿病者，應按醫師指示進食，手術後至少2個月內，依醫囑避免含咖啡因、酒精或辛辣刺激性食物（如：酒、辣椒、咖啡、茶葉、巧克力、可樂、可可等），以免刺激血管收縮，影響傷口癒合。

### 五、手術後患肢使用護具(副木)等注意事項

- (一) 手術後一星期內，患肢應使用護具或石膏板固定避免活動，以利血管、肌腱、骨頭復原，並減少血管攣縮。
- (二) 當護具或石膏板太緊或太鬆時，請隨時告知醫護人員調整。
- (三) 建議每日早、中、晚各鬆開副木一次，檢查皮膚完整性，進行清潔後塗抹凡士林或乳液保護皮膚，避免壓傷。

## 溫馨提醒

- 一、手術後 6 個月內，請嚴格避免抽菸及接觸二手菸與三手菸，尼古丁會導致血管收縮與痙攣，延緩癒合。
  - (一) 二手菸：延長傷口癒合時間 10 天以上，增加感染與疤痕風險。接觸二手菸者傷口癒合時間從 69 天延長至 78 天以上。
  - (二) 三手菸：即使未在現場吸菸，菸害殘留在衣物、棉被與空氣中，仍會影響傷口修復。
  - (三) 因此，請全程避免病房及環境內的二手菸與三手菸，回病房前請更換外衣、洗手，以保護傷口順利癒合。若曾處於吸菸環境，更應更衣、洗手後再接近傷口照護區域，以減少三手菸殘留影響。
- 二、出院後需按時服藥及定期返回門診追蹤，若返診前有發燒或傷口部位出現顏色或溫度改變、發出異味或出血情形及口腔內出現潰瘍或腫塊，可先電話 71 病房 TEL: (07)3468071 諮詢，必要時提前返診追蹤。

## 參考資料：

- 陳郁慧 (2023)．手部感染概述與預防．*醫療品質雜誌*，17(6)，50-54。
- 曹文昱、洪弘昌、施志宏、黃信傑、黃淑敏 (2022)．使用維生素 C 能促進傷口癒合．*台灣營養學會雜誌*，46(3)，101-111。
- Wu Hsiao Su, Wu Chao Ming, Chen Chun Chia (2024) .Analysis of Acute Hand Injury Victims Receiving Surgical Correction in a University Hospital. *The Journal of Taiwan Society of Plastic Surgery*, 33(3), 307-318  
<https://www.airitilibrary.com/Article/Detail?DocID=a0000593-N202409240015-00006>.
- Heikkinen J, Tanner T, Bergmann U, Palosaari S, Lehenkari P.(2024). Cigarette smoke and nicotine effect on human mesenchymal stromal cell wound healing and osteogenic differentiation capacity. *Tobacco Induced Diseases*.16(22). doi: 10.18332/tid/185281. PMID: 38496254; PMCID: PMC10943629.
- 圖一、「患肢墊高及適當支托」．OpenAI Chat GPT 生成，產出時間 2025 年 6 月 11 日下午 03：19。
- 圖二、「患肢高於心臟」．OpenAI Chat GPT 生成，產出時間 2025 年 6 月 11 日下午 03：43。
- 圖三、「骨釘或鋼針外露」．OpenAI ChatGPT 生成，產出時間為 2025 年 6 月 11 日下午 04：12。
- 圖四、「消毒方向」．OpenAI ChatGPT 生成，產出時間為 2025 年 7 月 13 日下午 06：19。

備註：每年審閱一次

所有衛教資訊內容僅供參考使用，無法提供任何醫療行為和取代醫師當面診斷，若有問題，請向門診醫師或原住院病房諮詢！