

手術疼痛衛教單

1. 什麼是手術後疼痛？

- 疼痛的感覺每人表達方式不同，有人會說酸酸的或不舒服，有人會痛不欲生。終究疼痛是一種不愉快的感覺。
- 之所以會痛是因手術去除您部份的組織，但如劇痛沒有被緩解會影響您的康復時間。
- 疼痛是非常主觀的感覺，會因人而異只有您自己清楚的告訴醫護人員，他們才能確切幫助你。

2. 為什麼治療手術後疼痛很重要？

- 劇痛會使你不敢動、不敢深呼吸，造成血液循環不退，及肺擴張不全這樣會影響身體的復原並使病情更複雜。
- 醫護人員有許多方式讓你較舒服，如靜脈及口服止痛劑，按摩，深呼吸，放鬆療法。但前提是你將你的不舒服並且清楚、正確的告訴她們。

3. 要如何及何時表達疼痛的感覺？

疼痛量表	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
	不痛	微痛			刺痛			劇痛			痛不欲生

如果是你的不舒服感覺超過 4 分，就應請求協助。

4. 有什麼藥物可減輕您的疼痛？

- (1) 病患自控式止痛法 PCA。(2) 肌肉注射止痛劑 (3) 口服止痛藥 (如果您已經可以進食)。除病患自控式止痛法 PCA 外，其他藥物每六至八小時給一次，如果疼痛還持續。

5. 使用止痛藥時通常會使您擔憂的事

- 止痛藥物是否會上癮？其實不會，因手術疼痛使用劑量不高，並且使用天數不長。大多於排氣後會改用口服止痛藥，所以不會造成成癮的情形出現。
- 便秘：嗎啡藥物的使用與長時間臥床不走動，都會造成便秘。但可口服軟便劑或下床走動來緩解便秘之問題。
- 噁心、嘔吐：當有這些症狀時，可由調整藥量或給予治療嘔吐藥物來緩解。
- 嗜睡：可能是藥物或病人本身疾病引發，如果是藥物可以經由調整藥物來加以改善。
- 止痛藥物是否會影響傷口癒合？不會。止痛劑量緩解疼痛。使病患可以充足休息及下床活動，反而有助於身體的康復。

6. 除了藥物還有那些方式可減輕疼痛

- 以枕頭抬高患肢或當要轉換姿勢、深呼吸或咳嗽時可以枕頭按住傷口
- 按摩
- 聽音樂、看電視、閱讀書報等轉移注意力的方式、或者調整心情、放鬆肌肉的方式都有助益
- 適當的熱敷或冰敷