屏基醫療財團法人屏東基督教醫院
開心手術出院後之注意事項

編　　號	ND心-005
製訂日期	2004.10
五修日期	2026.02

一、傷口：

1. 手術後數月內，若胸部傷口有局部高突或周圍發紅，甚至冒出小膿疱的現象，大多是因為線頭不被身體吸收所造成，不必過度驚慌，可到心臟血管外科門診檢查或急診室，由當科醫師處理，不可隨便找一般開業醫師處理或自行用手觸摸，避免造成感染。
2. 胸部傷口周圍可能有麻木、癢、酸痛、緊繃等感覺，且傷口疤痕本身會疼痛，肋骨或肋間神經痛等都會感到不適，此為正常現象，一般於 6 個月後消失，但若是執行冠狀動脈手術後，胸部如有開刀前那種心絞痛之不適感覺，請與醫師連絡，再作進一步檢查，但若疼痛方式與術前之心絞痛不同，則不必驚慌，可於門診時請醫師檢查。
3. 手術後，開刀之胸骨尚未完全長好，故術後 3 個月內避免提重物、騎乘腳踏車或機車，需避免胸骨受到碰撞機會。初期翻身或活動時，可能會有骨頭磨擦聲，可不必緊張，約 1-2 週後會逐漸消失。

二、飲食：

術後 2 個月內，應多吃些營養的食物，以恢復體力，之後則應保持均衡飲食，維持理想體重，避免攝取過多的脂肪及膽固醇(如：豬油、牛油、奶油、肥肉、蛋黃、內臟、蝦或魚卵、蟹黃、雞或鴨皮等)，並吃足夠的纖維性食物，以預防便秘，若無特別指示，鹽份可正常攝取，但應儘量減少喝酒及刺激性飲料(如：濃茶、咖啡等)。

三、洗澡：

傷口拆線 3~4 天後，即可淋浴或坐浴，亦可塗抹肥皂，但以輕抹為原則，洗澡水不可過冷或過熱，剛開始最好由家人從旁協助。

四、抽菸：

凡抽菸的人，在開刀前就必須立刻戒菸，吸菸會造成高血壓，並且影響肺臟功能，尤其是罹患有冠狀動脈疾病的病人，即使在手術後也不能再恢復抽菸，同時也要避免吸入二手煙。

五、運動：

1. 適度的運動有助於血液循環，促進傷口癒合，任何一種活動皆可做，只要不過於疲倦及造成氣喘情形即可。開始採漸進方式，走山路到跑步，依個人體能調整。
2. 平時多做擴胸運動及手臂轉圈運動，以免傷口過於緊繃造成疼痛。
3. 當你發現下列情形時應立即停止運動：
   (1) 胸口痛或不適。
   (2) 出冷汗
   (3) 頭暈
   (4) 噁心或噁吐
   (5) 心律不整
   (6) 過度的心跳及呼吸持續 15~30 分鐘。
4. 絕不可以在飯後立即運動，若吃得太飽時，要過 2~3 小時或普通餐飲 1~2 小時後，才可運動。

六、性生活：

視個人復原情形而異，原則上，只要您可忍受費力的步行或能以每秒爬兩階的速度爬 20 階的樓梯，而沒有下列心臟不適情形時即可有性生活。

1. 過度心跳及呼吸持續 15~30 分鐘。
2. 事後或過程中感到胸痛。

七、體溫：如有持續發燒的現象，請勿掉以輕心，應返院做進一步檢查。

八、出院後請依醫師安排按時回診。

※諮詢電話：08-7368686 轉_____

屏基關心您　祝您早日康復

衛教單張簽收聯

本人已接受【開心手術出院後之注意事項】衛教說明，並經衛教人員確認理解相關照護重點。

理解程度（護理人員評估-病人/家屬可重複衛教重點）

☐ 完全了解　☐ 大致了解　☐ 需再次衛教

病人/家屬簽名：_____ 護理師簽章：_____中華民國____年_____月____日