

## 肺癌手術衛教指導

### ❖ 手術前

- 1.戒菸、呼吸訓練：腹式呼吸採半坐臥並將手放在肚臍下方，嘴巴呈口哨狀，把氣緩慢從嘴巴吐出。再由鼻子慢慢吸氣，同時將腹部鼓起，完全隆起後閉氣3秒鐘，再慢慢由嘴巴吐氣。
- 2.皮膚清潔，午夜十二點以後禁食（包含喝水）。

### ❖ 手術後

- 1.手術後會送至加護病房，因氣管內管留置不能講話，雙手約束，有事輕搖鈴鐺請人幫忙。
- 2.管路的照顧：胸管、尿管、疼痛控制器、中心靜脈導管。傷口護理師會每天換藥。覆蓋於傷口上的紗布溼或流血時，請通知護理人員處理。
- 3.有效的咳嗽咳痰：利用小枕頭按壓固定傷口，深吸一口氣後憋住數秒，噁嘴吐氣時，利用腹部力量將痰液咳出，並按時執行蒸氣吸入，稀釋痰液，以利痰液咳出。呼吸訓練器：延續術前練習方法執行。
- 4.減輕疼痛的方法：活動時，用手或枕頭按壓固定傷口以減少牽扯。按時服用止痛藥、按壓疼痛控制鈕，若疼痛情形仍無法緩解，可請護理人員依醫囑給予針劑止痛劑。
- 5.復健運動指導：手術後第一天開始做肢體運動。第一次下床活動時，須有護理人員在場協助，由坐→站→走，同時注意各管路的固定；活動時間及次數漸進式增加。
- 6.飲食指導：均衡飲食即可。

