

頸椎手術後衛教指導

❖ 頸椎手術目的

- 1.神經減壓方式來改善神經症狀。
- 2.復位、固定方式來矯正頸椎不穩定與變形的現象。

❖ 術後注意事項

- 1.術後頸部不可任意活動，術後即戴頸圈，頸圈裝戴之時間原則上睡眠及清醒時皆應穿戴，以保護頸部，至少 3-6 個月。
- 2.傷口保持清潔乾燥，約 10 天拆線。
- 3.改變姿勢時需採取以身體為軸心的方式轉動軀體。
- 4.每日需做四肢關節主動或被動運動兩次，每次約 15-30 分鐘。
- 5.若體力許可，盡早下床活動，需要時可使用輪椅或助行器協助。
- 6.因戴頸圈頸部不能活動，故初次下床時要注意安全，在家人、護理人員協助下執行，以避免重心不穩跌倒，並請穿著止滑的鞋子、長短合宜的衣褲以避免滑倒或絆倒。

❖ 穿戴頸圈的注意事項

- 1.頸圈大小以頸部活動時不能上下點頭、左右旋轉為限。
- 2.鬆緊程度以可張口及可伸入 1-2 指的狀態為主。
- 3.每天至少鬆開三次，每次約 10-15 分，但頸部絕對不可轉動。
- 4.鬆開時，可觀察皮膚的狀況並做頸部皮膚清潔。
- 5.骨突處可墊紗布或棉質小方巾，避免磨擦造成皮膚破損。
- 6.沐浴時，可坐於矮凳上，採淋浴；無人協助時，頸圈不可以拿下來。

❖ 頸圈的清潔

頸圈主體及海棉可拆開用肥皂水及清水清洗，洗後用乾毛巾吸乾水份，海棉尚未乾時，可先用小方巾保護頸部，戴上頸圈主體；待海棉乾後再戴回。

❖ 居家照護注意事項

- 1.避免劇烈運動及提舉重物，手術後 4-6 週可從事靜態性的工作，3-4 個月後才可做出力的工作。
- 2.請勿抽菸，以免影響骨癒合。
- 3.傷口若有紅、腫、熱、疼痛加劇、有分泌物、持續發燒、肢體突然乏力時，請立即返診。

參考文獻：

蔡淑梅、古菊梅(2017)·神經系統病人的護理·於林貴滿等編著，內外科護理技術(八版)，360-362 頁)·台北市：華杏。

