



人工膝關節置換術護理指導

1998.09 制定
2024.07 修訂

一、手術前準備

(一)會為您做胸部 X 光，膝關節 X 光，心電圖，血液檢查等項目。

(二)護理人員會為您進行手術前護理指導：

1.手術前一天晚上：

(1)護理人員會教導您深呼吸咳嗽運動執行之方法。

(2)請您將身體洗淨並剪指甲，有塗手、腳指甲油者，請務必去除。

(3)半夜 12 點起開始完全禁食及勿喝水。

2.手術當天早上：

(1)除去身上所有飾品，如手錶、假牙、隱形眼鏡、戒指、髮飾等。

(2)請穿著病房之衣褲，將上衣反穿（以套入方式，帶子綁在背後），並穿骨科褲，勿穿內衣、內褲。

(三)手術時間由手術室安排，請靜心等候。

二、手術後注意事項

(一)手術後返回病室，等完全清醒後可先喝水，若無噁心、嘔吐或任何不適，即可進食。

(二)請多做深呼吸、咳嗽的運動，以預防肺部合併症的發生。

(三)若有傷口疼痛的情形，請通知護理人員處理。

(四)術後身上會有靜脈輸液、傷口引流管及導尿管留置，導尿管於手術後第一天移除；醫師會評估引流量，一般約 2~3 天後會拔除引流管。

(五)物理治療師及護理人員會依序教導復健運動及膝關節被動運動機器之使用。

(六)術後傷口請保持清潔乾燥，等縫線拆除後，依醫囑指示才可採盆浴或淋浴；若傷口有滲液或滲血情形，請通知醫護人員處理。

(七)術後患肢可使用枕頭墊高，促進血液循環減輕腫脹，避免枕頭墊於膝蓋下方導致關節攣縮。

三、手術後復健運動(請參照骨科下肢復健運動護理指導單張)

四、出院後注意事項

(一)回家後自己仍需繼續做股四頭肌運動、足踝運動、屈膝及伸直運動。

(二)六個月後可游泳，打高爾夫球，及其他溫和性運動，但需避免跳躍、蹲下、賽跑、硬球類（如網球、籃球）等運動。

(三)拆完線 3 天後，可採用淋浴，但出入浴室需特別小心，如傷口有特殊情形請依照醫師指示再淋浴。

(四)長時間長距離步行後患腿如有腫脹時應減少步行量，且步行後宜抬高腿部。

(五)助行器請依醫師指示使用 3-6 個月以上。

(六)若發現下列情形請立刻返診：

- 1.發炎情形：患肢任何部位之紅、腫、熱、痛、滲出液，並有發燒的情形。
- 2.嚴重疼痛及由於疼痛不適而影響活動時。
- 3.跌倒、撞擊或膝關節再度受傷時。
- 4.小腿或足踝有腫脹或壓痛情形。

出院後請依照醫師指示按時返診追蹤，若有問題請隨時提出，護理人員非常樂意為您服務；出院後如有任何疑問，可利用馬偕紀念醫院健康諮詢專線：台北/淡水馬偕/兒醫(02)25713760，新竹馬偕/兒醫(03)5745098、台東馬偕(089)310150 轉 311。諮詢時間：週一至週五上午 9:00~12:00，下午 2:00~5:00。

祝您 平安健康