

鼻部 手術後 護理衛教



3

何時需要回診或求助

1. 術後第1-2天出現**黑便**（因吞入少量血液），為**常見**現象。
2. 出院後如有**持續鼻出血**，應立即前往本院急診或耳鼻喉科門診**就醫**。



4

小提醒：手術後兩週內請避免

1. 劇烈運動、低頭過久。
2. 抽酒、辛辣飲食、進補。
3. 大力擤鼻涕或摳鼻。
4. 避免游泳。



想打噴嚏 怎麼辦？

打噴嚏時**請張嘴**，
輕輕打噴嚏，
減輕壓力



1

傷口照顧

1. 手術後若無嘔吐，可進食軟質飲食。
2. 勿自行拔出鼻內填塞物。
3. 術後水袋**冰敷24小時內**：可止血、消腫與減輕疼痛。
4. 鼻部**外**紗布或棉球若滲出液體或血液過多，經衛教後可自行更換。



2

日常生活注意事項

1. **採半坐臥姿**，幫助鼻腔引流、減腫。
2. 鼻內填塞物可能導致**眼淚流出**，屬**正常**現象。
3. 手術後眼眶瘀青，短期內會消退。
4. 張嘴呼吸引起嘴唇乾燥，可**塗唇膏**。

5

照顧自我測驗（是或否）

1. 鼻內填塞物不可自行拔除，以免引起出血或感染。
(**是** / 否)
2. 打噴嚏時應輕壓鼻翼、避免過度用力，以減少鼻腔壓力。(是 / **否**)
3. 術後可以立即洗熱水澡並劇烈運動促進循環。(是 / **否**)

參考資料

- 蔡秀鸞（總校訂）、廖張京棟（總校訂）、林靜佩（主編）（2023）。最新實用內外科護理學（上冊，第7版）。華杏出版。
- 相關照護問諮詢電話：05-2756000 轉 75 病房分機 7501、7502

※ 天主教中華聖母修女會醫療財團法人天主教聖馬爾定醫院 關心您

2025年06月 第一版制