

肺癌手術後居家照顧注意事項

當病灶是可以手術切除時，手術是重要的治療方式，手術除了將病變的肺葉切除之外，還會做局部的淋巴結廓清，並確認疾病的病理分期，手術的方法會依據腫瘤的大小、生長位置及病人的健康狀況而有所不同。

為了讓手術後的呼吸併發症減少，用力練習咳嗽、吸氣及儘早下床活動是必須的。一般肺癌手術後約七至十四天，如果傷口癒合良好，即可拆線出院。但返家後仍會有肋間疼痛情形，所以止痛和持續的胸部復健，是術後患者應注意的。以便能儘快恢復手術後的心肺功能。以下給術後患者的居家照顧建議：

【傷口照顧】

1. 出院後要注意保持周圍皮膚清潔及乾燥性，術後一週內應避免傷口潮濕，建議以擦澡為宜。
2. 胸管拔除後的縫線，可於出院後回門診拆線；手術後六個月內避免舉重物。若發現傷口有紅腫熱痛、發燒等需馬上返院診治。

【疼痛處理】

可以輕拍疼痛部位來減輕肋間疼痛；或將熱水袋、熱毛巾置於疼痛處，做局部熱敷。局部熱敷疼每次 15 分鐘，每天數次或視痛情況做調整。

【復健運動配合】

復健運動可促進全身循環、使肺擴張並有助於術後康復。建議患者於手術後開始執行復健動作，約一至二週，肺活量、肺功能就可逐漸恢復。手術後的復健運動，可以減輕術後患者的肋間疼痛情形；但是，如果疼痛嚴重到影響作息、睡眠時間，可與醫師討論並尋求解決方法。

【深呼吸運動】

橫隔和腹部的呼吸，把雙手放在肚子上，慢慢由鼻子吸氣，肚子會鼓起後，嘴巴成吹口哨樣慢慢吐氣，使肚子縮下去，也稱丹田式呼吸。

咳嗽動作：咳嗽運動適用於坐著或躺著。咳嗽時可雙手按住傷口，先做一次深呼吸，再慢慢深吸一口氣，憋氣後，在吐氣時，順勢咳出。

參考資料


肺癌術後的復健簡介

https://wd.vghtpe.gov.tw/pmr/files/N2017111101049_07%E8%82%BA%E7%99%8C%E5%B%E%A9%E5%81%A5%E5%85%A7%E6%96%87.pdf

于博芮、胡文郁、胡月娟、周守民、黃翠媛、吳韻淑…羅筱芬(2022)·呼吸系統疾病之護理·於劉雪娥總校閱，成人內外科護理上冊(八版)·台北：華杏。

若您想對以上的內容進一步了解，請洽諮詢電話：05-2756000 轉 85 病房分機 8501、8502

癌症個案管理中心專線 2779107

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
2023年03月校閱