2006.10.30 訂定 2016.11.04(4 審) 2020.08.07(6 修)



# 開心手術後病人出院衛教

### 一、服用藥物注意事項

- (一)必須正確地按時服藥。
- (二)服用抗心律不整藥物,注意每次服藥前量心 跳,若低於每分鐘 60次,請暫緩當次服藥。
- (三)服用利尿劑藥物時,注意服藥前若血壓過低或 體重持續減輕,請依衛教減量或停用。
- (四)對藥物有任何疑問時,應與醫師或護理師聯絡,不可隨意減量或停藥。
- (五)依醫師指示服藥,僅以白開水服藥。

# 二、日常飲食注意事項

- (一)少吃鹽份、忌菸酒、咖啡等刺激性食物。
- (二)不宜過份飽脹,每餐八分飽即可。
- (三)多吃蔬菜、水果等,高纖維食物。

全人智慧 醫療典範 愛心 品質 創新 當責

*經心臟外科醫師檢視* 臺中榮民總醫院護理部編印

- (四)每日起床空腹如廁後,穿著重量相當的衣服測 量體重。
- (五)不宜大量飲水或其他飲料(每日水份攝取量為 住院時所教導之水份攝取量為標準)。

#### 三、日常生活注意事項

- (一)戒菸、勿吸二手菸:因菸中的尼古丁會造成血管狹窄。
- (二)保持愉快的心情,避免生氣、緊張或興奮,以 減輕心臟負擔。
- (三)保持規律的生活,早睡早起。
- (四)避免舉重物或劇烈運動。
- (五)避免太冷太熱、溫差太大、空氣不流通的環境,慎防感冒。
- (六)視體力恢復情況,逐漸增加活動量。
- (七)維持解便通暢,避免用力閉氣,增加心臟負擔。
- (八)手術三個月後若上下二層樓梯沒有呼吸不暢或胸悶或其他不適的感覺時,可逐漸開始性生活。

#### 四、工作之恢復

- (一)原則上先詢問醫師的意見。
- (二)無任何併發症,如:出血、心律不整、發炎感染、呼吸困難等的病人,視工作內容可於出院後8-12週返回工作崗位。
- (三)從事粗重工作者可建議更換工作。
- (四)商業、自由業、門市職業者,逐漸增加工作量, 如:初期上半天班。
- (五)家庭主婦宜簡化家事。

### 五、運動時注意事項

- (一)規律的運動可降低心臟病的危險因子,降低血中膽固醇的含量,協助控制血糖和血壓,增加心肺耐力。
- (二)至少每週運動 150 分鐘以上,建議每次至少 30 分鐘(分次累積也有同樣效果,但每次至少 10 分鐘以上)。
- (三)逐漸增加運動的時間和強度。
- (四)第一次從事新的活動,必須測量脈搏、<u>血壓</u>並 注意活動後是否不適。

(五)活動時若發生胸痛、心絞痛、氣喘、呼吸困難、 頭暈目眩、噁心、嘔吐、冒冷汗、心律不整、 臉色發白、脈搏過速(每分鐘心跳超過休息時 的20次以上),脈搏變慢(低於休息時心跳10 次),血壓過高或自己覺得很累無法再繼續運 動時,應停止活動。

## 六、傷口照顧方面

- (一)縫線傷口至少每日換藥一次,紗布若有滲溼, 立即更換。
- (二)胸部美容膠傷口覆蓋,不需再使用優碘藥劑塗擦;有滲液或皮膚發紅時,將該處美容膠取下,每日換藥並覆蓋紗布;傷口乾燥時才補貼美容膠。
- (三)美容膠每 5~7 天換貼,若膠帶邊緣開始翹起或 髒汙時,即需更換,建議美容膠持續貼約 3~6 個月。
- (四)不要在傷口塗抹粉劑或油劑,除非醫師另有開藥。
- (五)每天檢查傷口,檢視是否有紅腫或異常分泌

物,若出現過多膿液,應到院檢查。

- (六)告知沐浴時,建議採淋浴方式,傷口可用肥皂 及清水清潔,清潔後拭乾傷口,保持傷口乾燥。
- (七)採胸骨切開手術者,鋼線固定的胸骨完全癒合 約需三個月,束胸帶穿二至三個月,三個月內 避免執行上肢用力的運動,例如:擴胸運動及 推、拖、拉、抬舉重物不超過2公斤)。

#### 七、回醫院複檢

- (一)傷口周圍發紅腫脹,有異常分泌物、壓痛感現 象或發燒時應立即回診。
- (二)有胸痛胸悶、呼吸喘、水腫、心跳每分鐘小於60次或大於120次、不明原因腹痛、噁心嘔吐、解血便、食慾差等不適症狀,應速就醫。(三)定期回診。

#### 八、結論

開心手術後須了解服藥、飲食、運動注意事項及 居家傷口照護重要性,並配合正確飲食觀念及運動, 以達體重控制,並隨時注意身體異常症狀,以預防心 臟疾病再發生率。

# 九、参考資料

蔡晏平、柯文欽、李碧霞、苗迺芳(2018)·冠狀動脈心臟病 住院病人戒菸行為相關因素之研究·新臺北護理, 20(1),27-39。

高鈴茵、廖玉美(2013)·一位行冠狀動脈繞道手術患者術後 之護理經驗·*嘉基護理*,13(2),42-52。