



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) 以開水服藥，因菜湯或飲料中的成份可能影響藥物的療效。

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。

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

- (三)多吃水果，高纖維食物。
- (四)每日晨起、解尿後空腹，穿著重量相當的衣服量體重，每日磅重一次。
- (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、空氣不好的環境，慎防感冒。
- (六)視體力恢復情況，逐漸增加活動量。
- (七)維持大便通暢，避免閉氣用力，增加心臟負擔。
- (八)若上下二層樓梯後沒有呼吸不暢或胸部不舒服的感覺時，可開始性生活。

四、工作之恢復

- (一)原則上先詢問醫師的意見。
- (二)無任何併發症的病人，可於出院後 8-9 週返回工作崗位。
- (三)從事粗重工作者可考慮更換工作。
- (四)商業、自由業、門市職業者，初期上半天班為宜。
- (五)家庭主婦宜簡化家事或僱請幫傭。

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，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、血壓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，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)告知可沐浴時，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。

七、回醫院覆檢

(一)傷口發紅發腫，有分泌物或發燒時應回醫院治療。

(二)冠狀動脈繞道手術有胸痛胸悶等症狀，不舒服時，應速就醫。

(三)一般情況，至少每二週返院複檢一次。

八、參考資料

臺中榮總整形外科(2014)。「術後傷口居家照顧注意事項」衛教單張。

臺中榮總心臟外科(2016)。「冠狀動脈繞道手術病人健康」衛教手冊。

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)。

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。

