

三、出院後居家照顧:

1. 出院後，須繼續做強化大腿肌肉的運動。
2. 勿使膝關節高過髖關節（如勿坐太低的椅子，勿彎腰撿東西，坐加高的便盆等），不要做跨腳運動，這些注意事項，在手術後至少三個月都須嚴格執行。
3. 三個月後，可行一般性生活，六個月後可做溫和的運動如游泳，但劇烈運動仍被禁止，如打球等。
4. 如患肢突然感覺劇痛，髖部凸出，活動時很痛，且患肢變短，表示人工髖關節脫臼，須立即就醫。
5. 如因其他原因須做小手術時（如拔牙）一定要告知為您看診的醫師，曾換過人工髖關節，他們會為您加上抗生素治療，以避免感染。
6. 如發生感染的症狀如：發燒、患部疼痛或出現分泌物，請立即回診
7. 坐著時，雙腿不可交叉或翹腿且保持兩腿分開。
8. 保持正常體重。
9. 洗澡時，以淋浴為主。
10. 三個月內勿開車，若要開車應將坐椅墊高及繫上安全帶。

Taiwan Show Chwan



- 彰濱秀傳紀念醫院-505彰化縣鹿港鎮鹿工路六號 04-7813888
- 秀傳紀念醫院-500彰化市中山路一段五四二號 04-7256166
- 員林何醫院-510彰化縣員林鎮民族街33號 04-8343838
- 秀傳101皇家健康會所-台北市11011信義區信義路五段7號56樓 02-81010135
- 台北秀傳醫院-106台北市光復南路116巷1號 02-27717172
- 田中仁和醫院-520彰化縣田中鎮中州路1段157號 04-8742108
- 竹山秀傳醫院-557南投縣竹山鎮集山路二段75號 049-2624266
- 台南市立醫院-701台南市東區崇德路670號 06-2609926
- 高雄市立岡山醫院-820高雄市岡山區壽天路12號 07-6222131

用心 創新 視病猶親

制定日期：88年5月
修訂日期：103年4月(第七次修訂) 護理部製

人工髖關節置換 護理指導



健康諮詢專線: 0800-070088
彰秀急診諮詢專線：(04) 7238196
彰濱急診諮詢專線：(04) 7812999

編碼：A-301000-W-042-0065 CS
F-301000-W-012-0065 CB

一、手術後注意事項

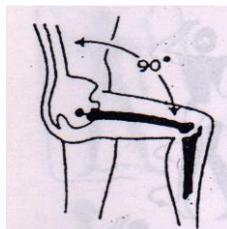
- 1.採半身(腰椎)麻醉者，手術後需完全平躺6小時；如有背部不適可左右移動身體，但絕對不可抬高頭部。
- 2.術後兩腿間必須放一個三角枕，以維持患腿之外展；應避免患腿的內收(例：兩腿的交叉)或髖關節的過度彎曲(超過90度)動作，以防人工關節後向脫臼。
- 3.置於患側引流血水的血袋，應予適當固定於床緣，並避免壓迫拉扯引流管，妨礙引流。
- 4.導尿管應適當固定在低於床面的位置，不可有扭結或受壓
- 5.若發生下列情況，請立即通知醫護人員：
 - (1)手術部位大量滲血或自引流血袋中流出大量血液。
 - (2)呼吸困難。
 - (3)異常焦慮不安。
 - (4)自覺彈繃過緊而使患腿感到疼痛、麻木、發白或發紫或引流管滑出。
 - (5)無法忍受的疼痛。
 - (6)患處敷料鬆脫、傷口外露。
 - (7)導尿管拔除後4小時未解小便或未及4小時膀胱脹，卻無法順利解尿。

二、手術後約三個月內應注意的姿勢

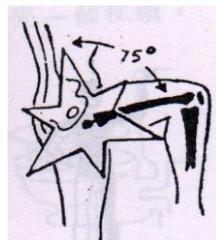
- 1.站立時，不能將您的膝蓋抬高，高過髖關節。

(如下圖)

(正確)



(錯誤)



- 2.坐著時，請將膝蓋的高度保持在髖關節以上，絕對不要將身體往前傾。(如下圖)



- 3.要蹲下時，請彎沒開刀過的那隻腿，保持開刀的腳伸直在後面。(如下圖)

(正確)



(錯誤)



- 4.當您想將兩腿伸直平坐時，請將身體向後撐住，身體不可向前靠。(如下圖)

(正確)



(錯誤)



- 5.不可內轉髖關節。(如下圖)

(正確)



(錯誤)



- 6.保持兩腿分開的坐或站，千萬不要兩腿交叉。(如下圖)

(正確)



(錯誤)

