

出院日期：\_\_\_年\_\_\_月\_\_\_日 主治醫師姓名：\_\_\_\_\_

病人名條粘貼處

\_\_\_\_\_女士/先生，您好：

恭喜您即將出院！本院醫護同仁仍關心您出院後的照護，故以下有幾點事項須提醒您，請與我們共同維護您的健康！

**人工髌關節術後居家照顧注意事項**

1. 睡覺或側躺時，兩膝中間一定要墊厚枕頭（至少 6 週 內）。
2. 勿持續坐超過一小時以上，應常站立、伸展腿部、走幾步 等做姿勢轉換，以預防髌關節攣縮、屈曲。
3. 勿做使髌關節用力的動作，如過度彎腰、提重物、跑、跳。
4. 至少 4 週以上，才可使開刀的腿站著時用力，但仍需用手杖幫助負重。
5. 10 週至 3 個月內，患腿勿承受全部體重，或者用患腳單腳獨立。
6. 手術後 6 週內勿開車。
7. 洗澡時坐高椅子採淋浴較安全。
8. 浴室應鋪地毯或防滑磚，穿齒紋較深的鞋，以防止滑倒。
9. 絕對不要有突然跌坐的姿勢。
10. 返家後仍應續使用輔助器（拐杖或助行器），慢慢增加活動量。
11. 請遵守醫師指示，定期返院看診。

◆緊急返診情況：

- a. 跌倒撞及開刀部位。
- b. 開刀部位嚴重疼痛。
- c. 開刀部位疼痛且關節活動困難。
- d. 開刀部位有大爆裂或有"喀" "喀"聲。
- e. 開刀傷口紅、腫、熱、痛，有多量異常或膿性分泌物。

※如無特殊不適症狀，亦請回門診追蹤檢查※

總機：(03) 5261122 轉 150、170（急診室）

預約專線：(03) 5266-266

◆請於\_\_\_年\_\_\_月\_\_\_日返回門診追蹤。

◆出院帶藥：

※如無特殊不適症狀，亦請回門診追蹤檢查※

總機：(03) 5261122 轉 150、170（急診室）

預約專線：(03) 5266-266



**【人工髖關節術後出院照護指導】**

病患標籤

以上衛教說明,如果您已了解,請幫我們簽名:謝謝!

衛教人員/病患或家屬:\_\_\_\_\_。 衛教日期:\_\_\_\_\_