

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！

人工膝關節置換手術出院注意事項

- 回家後仍然要做股四頭肌運動、抬腿運動等復健運動。
- 早晨起床可先活動雙腿關節再下床。
- 使用拐杖上下樓梯的方法：上樓梯時，健腿先上，繼而拐杖，再上患腿。
下樓梯時，拐杖先下，繼而患腿，再上健腿。
- 傷口縫線拆線後1-2天可洗澡，以淋浴方式較為方便，使用盆浴要小心。
- 您應該避免下列活動：跪姿、提重物、跳躍運動、爬高坡、爬山、劇烈運動、打太極拳、外丹功、蹲馬步等會造成人工膝關節的損壞或鬆脫。
- 手術後三個月內應使用輔助器助行，待返診時可向醫師詢問進一步建議。
- 手術後六個月您即可進行游泳、原地騎腳踏車、慢跑等運動，回復到正常生活。
- 有下列情況應立即返院就診：
 - (1) 患部有皮膚發紅，壓痛增加，腫脹，發熱，滲出液。
 - (2) 小腿或足踝有腫脹、壓痛情形。
 - (3) 膝關節因跌倒、挫傷造成走路困難。
 - (4) 膝關節疼痛加劇。
- 如果有任何復健問題請至復健科門診詢問。

※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



NAN MEN GENERAL HOSPITAL 南門綜合醫院

關心你的健康

SE01701

【人工膝關節置換手術出院照護指導】

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：_____