

開心手術後的護理指導

■ 文／外科加護病房 謝珮琪 護理師

近年來由於生活型態與飲食習慣的改變、缺乏運動及家族遺傳等種種因素，使得罹患心臟疾病的機會逐年升高。根據行政院衛生署九十三年國人十大死因統計資料顯示，心血管疾病已逐年升高至第二位，由此可見它對國人健康的威脅是不容忽視的。

當心臟無法執行其正常功能，就無法輸送足夠的血液養分及氧氣到達全身時，若不及時治療就會產生致命的危險，所幸隨著科技的發展，心臟外科手術的精進，越來越多的人得以接受開心手術，來改善心臟功能受損的問題。

什麼是開心手術呢？顧名思義就是在打開心臟的狀況下進行手術，常見的手術種類有冠狀動脈繞道術、心臟瓣膜手術、先天性心臟病手術等。雖然開心手術在國內已是普遍手術之一，但相較於其他手術，它的手術時間較長且對全身系統及器官影響也較大，相對地危險性也比較高。因此，術後的醫療照顧及護理指導更加顯得重要。

心臟術後的加護照顧

開心手術後的病患，術後直接轉入加護病房，利用其身上的管路（如氣管內管、肺動脈導管、動脈導管、鼻胃管、胸管、導尿管等）與特殊儀器（如生理監視器、呼吸輔助器、連續性心輸出量監測器等）來建立嚴密的監測系統，監測的項目包括血液動力學的穩定、適當的通氣與氧合、心腦組織的血流灌注、體液電解質的平衡、疼痛的相關反應、手術傷口的變化、輸入輸出量的平衡。這些監測可提供醫療人員對病人手術後情況作正確判斷及醫師臨床處置時的依據，當遇危急時採取緊急醫療措施、挽救生命、預防合併症的發生。因為手術過程中體外循環機的使用與大量抗凝血劑的投與，極可能造成術後出血不止，為預防心包膜填塞對於胸管引流的量、顏色、性質及尿排出量是被密切觀察的重點。術後3-5天對病患而言是關鍵時期，如能在這期間控制住出血及穩定生命徵象。其次，再配合心臟血管藥物的調整下，使得心臟功能逐漸恢復，即可儘早拔除身上各種管路後轉入一般病房，繼續進行相關心臟復健及出院後居家照顧方面的指導。

一般病房及居家照顧之指導

進入恢復期將以訓練病患及主要照顧者居家照顧能力為重心，其內容包括：

傷口的照護—心臟手術的傷口屬清潔傷口，約15~20公分，需保持乾燥，密切觀察是否有無感染徵狀如（紅、腫、熱、痛）、滲血或漿液性滲出液等情形。鋸開的胸骨使用鋼絲固定，不需移除，而胸骨的癒合需要三個月，所以手術後三個月內避免提重物（以不超過三公斤為限）；不可騎腳踏車、機車或開車及其他劇烈運動，以減少胸骨碰撞機會；同時要使胸骨傷口癒合佳，也應避免做過伸展胸部等擴胸運動。

活動—於加護病房中，雖病患身上有許多的管路，但仍應在病床上活動四肢，若病況許可，術後24小時後可在護理人員的協助之下坐於床旁活動；持續進行誘發呼吸訓練器的訓練並確實執行深呼吸咳嗽的動作，以促進肺部擴張，避免肺部合併症的發生。依身體的狀況採取漸進式運動，慢慢增加運動量，由於運動前後的脈搏變化可用來評估心臟是否能夠負荷，故運動前後皆須測量脈搏，以做為運動量調整的依據。出院後養成規律的運動習慣，保持心情的輕鬆舒適，可幫助恢復心臟功能達理想狀態。

用藥須知—依醫師的指示服藥，了解各項藥物作用、副作用、用法、用量是服用藥物的基本守則。若服藥後，出現不適症狀，應與醫師討論，切勿任意停藥或自行調整藥量。

飲食—術後採漸進式飲食，水分與鹽份的攝取必須特別注意，避免食用醃漬品，多攝取高蛋白低脂肪高纖維性的食物（如瘦肉、魚肉、新鮮蔬果、燕麥、糙米等），不宜採煎、炸、炒等多油的烹調方式。

日常生活習慣—充足的睡眠、愉快的心情、良好的排便型態、溫和的居家環境、理想體重的維持、不良嗜好的戒除（如抽菸、喝酒、打牌）及定期返院門診。養成個人良好的生活習慣，才是最佳的心臟保養之道。

開心手術除了術前萬全的準備、精良的開刀技術以及術後專業的照顧，都是成功的必要條件外，但是病人及家屬的全程參與支持配合，才是最重要的關鍵。