

膝/髌關節置換手術 術後護理錦囊

術後初期護理

✓ 保持敷料完整、乾爽清潔

✗ 請勿觸碰、
自我檢查或清潔傷口



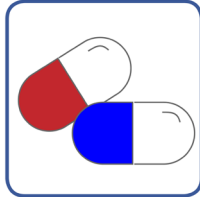
✗ 傷口未癒合前，請勿塗上藥膏、藥油或潤膚露

✓ 沖涼時，請用保鮮紙包裹傷口，以免弄濕敷料



✓ 如發現敷料鬆脫，傷口滲血、流膿或患處紅腫增加，請盡快聯絡關節置換專科護士，作適切治療

✓ 依照醫生指示服用止痛藥



✓ 跟從物理治療師指示，活動關節及鍛練肌肉

✓ 抬高患肢，有助消腫



✓ 關節置換專科護士：
地點：D2病房對面

✓ 常做腳掌運動，改善血液循環，減少水腫

✓ 膝關節病人，需冰敷患處以減少疼痛及腫脹
(每隔二至三小時一次，每次敷十五至二十分鐘)

辦公時間：
星期一至五
上午9時至下午5時

術後關節保養

✓ 注意個人衛生，勤洗手，保持皮膚清潔



✓ 跟從物理治療師指示，每天作適量運動，保持身體健康及關節靈活

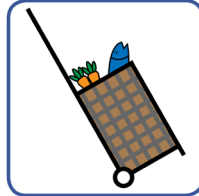
✓ 如感不適，應及早求醫

✓ 如進行牙科檢查或深入性治療，應先告知醫生曾進行人工關節置換手術，醫生有可能處方抗生素以減低細菌感染風險



✓ 健康飲食，多做運動，控制體重

✓ 需要時或在人多擠迫的地方，請使用手杖



✓ 多使用手推車，避免提取重物

✗ 避免撞擊性或劇烈運動

✓ 如發現關節紅腫、脹熱、痛楚加劇，請盡快聯絡關節置換專科護士或到急症室求診



✓ 關節置換專科護士：
地點：D2病房對面

辦公時間：
星期一至五
上午9時至下午5時

雅麗氏何妙齡那打素醫院矯型及創傷(骨)科及物理治療部會盡量確保在小冊子上提供的資料準確。本小冊子僅供參考，不供作診斷或預防任何疾病之用。任何人士若身體感到不適，請迅速求醫，以盡早接受適切治療。對於任何未經專業指導而進行的關節置換術後復康運動，雅麗氏何妙齡那打素醫院恕不負責。如對本網站的視頻及其他內容有任何疑問，請諮詢註冊醫生或物理治療師。

雅麗氏何妙齡那打素醫院特此聲明，對於因直接或間接使用小冊子而引起的任何及所有直接、間接、隱含的、懲罰性、特殊、偶然或其他間接損害，本院不會承擔任何責任，該小冊子按原樣提供，且不作任何保證。

All Rights Reserved © 2018 Physiotherapy Department of Alice Ho Ming Liu Nethersole Hospital



矯型及創傷(骨)科
及
物理治療部

關節置換
重啟生活
Replacing Joints
Restoring Lives