



腕管綜合症 (Carpal Tunnel Syndrome)

I. 傷口護理

1. 傷口已用無菌敷料蓋好及用繃帶包紮好，請保持繃帶乾爽清潔，切勿在傷口塗抹任何藥物。
2. 傷口周圍微紅是正常傷口癒合的象徵，如懷疑傷口發炎，可聯絡「日間手術中心」。(傷口發炎徵狀為觸痛、灼熱及有膿性滲液。)
3. 傷口通常需要拆線，請於指定日期到家居附近普通科門診診所拆線。
4. 若傷口用自動吸收之縫線縫合，則無需拆線，需待覆診後才可自行除去敷料。

II. 止痛藥物

如有需要，請依指示服用醫生處方之止痛藥。

III. 飲食 / 活動

1. 如常進食，無需戒口。
2. 手腕要多休息和防止彎曲，以減輕肌腱發炎和腫脹。
3. 手術後儘早開始恢復伸屈手指的活動。
4. 請將患肢承高，以促進血循環和加速消腫。活動時，可用三角巾承托手腕；臥床時，應用軟枕把手墊高。
5. 術後請繼續手指、手肘及肩膊之活動。
6. 手術後首四十八小時內，只可作輕微正常活動；兩星期內避免劇烈運動，如：攀高，踏單車，游泳等。
7. 可按醫生給予之病假休息；如無不適，可提早復課復工。

IV. 如發現下列情況，請即往急症室診視

- 患肢有嚴重腫痛、麻痺，冰凍或呈現紫色；
- 傷口大量出血；
- 傷口持續紅腫、觸痛或有膿性滲液；
- 發熱 (體溫在過 38°C或以上)；
- 劇痛難止。

V. 請於指定日期及時間回本院專科門診部覆診