



## 靜脈曲張手術後護理指導

1998.12制定  
2024.12修訂

### 一、靜脈曲張常見的發生原因：

- (一)先天性靜脈管壁的彈性脆弱。
- (二)長期維持同一姿勢，如久站、久坐。
- (三)靜脈本身受到損傷或感染造成血栓性靜脈炎。
- (四)肥胖。
- (五)腹內壓及靜脈壓顯著地上升，如腫瘤、腹水、懷孕、慢性咳嗽及便秘。

### 二、手術後注意事項：

- (一)手術後無特殊限制，清醒後可少量飲水，無嘔吐即可進食。
- (二)為預防手術後合併症，請做深呼吸及咳嗽運動，以促進肺部擴張與加強痰液排出。
- (三)手術後患肢自腳趾至鼠蹊部均穿著彈性襪，若有下列情形，請立即告知醫護人員處理：
  - 1. 傷口滲血
  - 2. 腳有緊繃感
  - 3. 腫脹感
  - 4. 麻木
  - 5. 冰冷等感覺異常現象
  - 6. 患肢末梢有蒼白、發紫情形。
- (四)為避免深層靜脈血栓，手術後請依醫師指示多下床活動；第一次下床需有人陪伴並注意安全。

### 三、出院後的自我照顧：

- (一)請依醫師指示，穿著適當的彈性襪及持續穿著時間。
- (二)採坐姿時勿翹腳，以免阻礙小腿靜脈血液循環。
- (三)勿久坐或久站，如需久坐或久站，術後請務必穿著彈性襪。
- (四)控制體重，避免過度肥胖、勿飲烈酒。
- (五)避免便秘或提重物，造成腹內壓力過高，影響血液循環。

(六)請勿穿太緊的吊襪帶或使用過緊的腰帶及內褲，阻礙下肢血液回流。

(七)不宜時常泡溫泉，因易造成血管擴張。

四、請依照醫師指示定期返診，出院後如發現傷口有紅、腫、熱、痛、滲血或分泌物流出，應回門診檢查。

出院後請依照醫師指示按時返診追蹤，若有問題請隨時提出，護理人員非常樂意為您服務，出院後如有任何疑問，可利用馬偕醫院健康諮詢專線—台北/淡水馬偕/兒醫 (02) 25713760、新竹馬偕/兒醫 (03) 5745098、台東馬偕 (089) 310150 轉 311，諮詢時間：週一至週五上午 9：00-12：00，下午 2：00-5：00。

祝您 平安健康