

# 不用擔心的 鼻部手術



高雄醫學大學附設中和紀念醫院

耳鼻喉科病房

鼻部常見的問題有肥厚性鼻炎、過敏性鼻炎、鼻息肉、慢性鼻竇炎等，經常造成流鼻水、鼻塞、打噴嚏等令人困擾的症狀，甚至影響嗅覺。若經藥物治療仍未改善，醫師會建議手術。以下可協助您，了解手術前、後之注意事項。

## 一、手術前準備

1. 在了解醫師對手術及麻醉的說明後，完成填寫手術同意書、手術說明書及麻醉同意書。
2. 全身麻醉手術者，手術前一天晚上 12 點以後，不可吃任何食物包含開水。但有慢性病，如高血壓、心臟病者，在醫師指示須服藥時，才可喝少量水。
3. 手術後需冰敷，具有止痛、止血及消腫的效果，請先準備冰敷袋及乾毛巾數條。
4. 去除化妝及指甲油，避免影響血液循環的觀察。
5. 手術當天早上會提供手術衣褲更換，不能穿內衣、褲。身上所有的金屬物品或飾品，如手錶、項鍊、活動假牙、隱形眼鏡等，須拿除不能配戴。
6. 入手術室前，請先排空膀胱，避免脹尿。

## 二、手術後注意事項

1. 冰敷使用
  - (1) 方法：將冰袋裝約 1/3 滿的冰塊及少許水，以免太重而引起壓痛。護理師會提供固定的冰敷架，冰袋外包毛巾，以避免臉部沾濕。

(2)位置：鼻翼的左側、右側及額頭等三處，輪流更換，每處冰敷約 20 分，休息 10 分，持續 24 小時。若有太冷、冰麻或入睡時，可暫時停止。第二天起每日至少 4 次，若仍感疼痛可增加冰敷頻率。

2. 全身麻醉者術後需禁食 6 小時。因麻醉放置氣管內管可能會有喉嚨痛、吞嚥不適，於可進食後增加水分攝取，1-2 天後症狀會慢慢減輕。

3. 術後當天傷口較容易滲血。若鼻部外覆蓋的紗布滲濕，需告知護理師更換。若感覺有液體流至喉嚨，可輕輕咳出，不可吞下，以免嘔吐。

4. 鼻內止血棉填塞期間，鼻部及臉頰會有腫脹不適感，雙眼偶有流眼淚(因鼻淚管暫時被阻塞)及輕微頭痛。若出現眼眶周圍瘀青、腫脹、視力模糊，請立即告知醫護人員。切記不可自行取出鼻內止血棉，術後二天由醫師評估後取出。

## 5. 飲食

(1)因鼻腔止血棉填塞，進食時較難呼吸，可採軟流質食物，如牛奶、稀飯，避免燙口及刺激性飲食，如：酸、辛辣、油炸類食物、咖啡等。

(2)張口呼吸易造成口及嘴唇乾燥或疼痛感，需多攝取水份。

(3)保持口腔清潔：進食後漱口刷牙，防止細菌滋長。

## 6. 抽取止血棉條

(1)抽取時會有疼痛及滲血情形，可深呼吸。若感頭暈、冒冷汗、呼吸困難、疼痛厲害，請告知醫師。

- (2) 止血棉條取出後：可能有滲血情形。請臥床休息並冰敷至少 4 小時，若持續有大量出血，請立即告知醫護人員。
- (3) 勿用力打噴嚏：若無法避免時，可張開口及輕壓鼻翼兩側，避免用力造成出血。

### 三、出院後的照護

1. 手術後約 2-3 星期，鼻內傷口慢慢結痂，仍會有輕微鼻塞。請勿自行挖鼻子、用力擤鼻涕，以防傷口出血或感染。
2. 避免抽煙、喝酒，影響鼻腔血管收縮導致出血。
3. 減少出入公共場所，避免上呼吸道感染，必要時戴口罩。
4. 術後 2 週內，為避免鼻內傷口出血或感染，請勿：
  - (1) 激烈運動或過度用力的動作，如：騎腳踏車、跑跳、提重物、用力解便等。
  - (2) 水上活動，例如：游泳、潛水。
5. 若有持續出血或發燒情形，請盡速返院就醫。

#### 參考文獻：

蔡麗絲、黃士滋(20116)·眼、耳、鼻、喉病人的護理·於胡月娟總校閱兼作者，*內外科護理下冊*，(五版，1102-1113 頁)·台北：華杏。