

手の手術を受けられる 患者さんへ



手の手術後は、手術した部位の安静と保護のためにギプスなどの固定や三角巾を使います。固定中に注意して頂きたいことをご紹介しますので、参考にしてください。わからないことや困ったことがあれば医師や看護師に、ご相談ください。

★手術をした腕は心臓より高い位置に保つのが原則です★

手術をした周辺は、炎症による腫れと固定して動かさないために、むくみが出やすくなります。むくみを予防するためには手術した部位を心臓より高い位置に高く上げることが効果

横になるとき、、、

クッションや座布団を使って、手術した手の部位を心臓より高い位置になるようにして休みましょう。

的です。



座るとき、歩くとき、、、

座っているときや歩くときも心臓より高い位置に保持します。そのためにも三角巾を使いましょう。

すわる時

テレビを見る時なども、手は心臓より高い位置に置きます。



歩く時



★三角巾は手術をした手を高い場所に保つ道具です★

三角巾は手術をした手を高い位置に保ち、傷口を守るために有効です。

医師の指示があるまでは付けてください。

お風呂に入る時や、寝るときは三角巾をはずしますが、手は心臓より高い位置にすることが大切です。

三角巾の使い方

- ① 三角巾を体と手術をした手を曲げた状態で挟みます。
- ② 体と手術をした手で、はさんだ三角巾を半分に折り、手術をした場所が心臓より高い位置にくるように、首のところで結びます。
- ③ 指先から肘まで三角巾で包み込むようにして、余った部分を肘のところで結びます。
- ④ 出来上がり

お風呂に入るときに、、、

手術した翌日からお風呂に入れます。

ぬれないように、手術した手をビニール袋やシャワーカバーで保護しましょう。

ビニール袋でシャワーカバーを作る

- ① 手術をした手をタオルで保護します。(輪ゴムや紐でタオルが落ちないように緩く固定してもいいです。)

- ② ビニール袋にタオルを巻いた手を入れ、タオルを巻いた手の上をテープで固定します。
- ③ テープで固定した場所からビニール袋を折り返します。
- ④ 折り返したビニールの少し上をテープで固定して水が入らないようにします。

着替えるときのコツ、、、

- ① 服を脱ぐときは手術をしていない方の手から袖を外します。
- ② 服を着るときは手術をしている手から袖を通します。
(着替えるときもできるだけ手術をした手は高くあげておいてください)



その他手術後に注意すること

血行不良を起こさないために、、、

運動による結構改善：麻酔がきれて、医師から指の運動が許可されていたら、傷の痛みやむくんだ感じがあるかもしれませんが、できるだけ指の運動をしていきましょう。

指輪の禁止：手術後は指が腫れるので、指はしないでください。循環障害を起こすことがあります。

関節運動（血行改善と拘縮予防）：手指や肩、肘の運動が許可されている場合には、無理のない範囲で動かしてください。（指の運動は指先が手のひらにつくまで曲げます）

リハビリの重要性：手の手術や外傷の後はリハビリが大変重要となります。医師の指示に従ったりリハビリテーションを頑張りましょう。（注意：痛みが強い場合は運動を中止してください）

手術をした手の指を観察しましょう

1. 動きが悪い

ギプスから出ている指が動きにくくなった。

手術をしたときより、しびれが強くなってきた。

神経を圧迫している可能性があります。すぐに病院に連絡をしてください。

2. 皮膚の色

ピンクなら大丈夫ですが、赤黒かったり、蒼白になっていたり、冷感があれば、循環障害の可能性があります。すぐに病院に連絡してください。

3. その他に

鎮痛剤を飲んで1時間程度たっても我慢できないくらい痛い
反対の手と比べて手術した手が明らかに赤黒く腫れて、ひどく痛い
ギプスが当たって痛いところがある

皮膚の色やしびれ、痛み、動きが悪いなどの症状があれば、いつでも病院に連絡をください。(夜間でも連絡をしてください)



愛仁会千船病院 電話：06-6471-9541