

鎖骨骨折病人返家後應注意事項

一、未手術病人返家後應注意事項

鎖骨中段閉鎖性骨折若位移不大，原則上採取非手術治療，以八字肩帶與三角巾懸臂吊帶固定，盡量避免上半身活動

- 1.請依醫囑指示，八字肩帶須穿著4~6個星期甚至3個月，疼痛會持續1~2個星期，前2星期需合併使用三角巾或前臂吊帶固定患側手臂以減輕骨折處壓力及疼痛感。
- 2.前1~2星期最好擦澡，不脫八字肩帶，如需脫下，正確穿法為雙手插腰、挺胸，將八字肩帶先扣好，家人在背後幫忙，將兩條帶子左右平均拉緊，調整雙肩部份海綿。
- 3.八字肩帶請穿在薄棉衣外面，不可穿在厚衣服外面，睡覺時應平躺勿側躺。
- 4.患部腫脹疼痛可冰敷緩解，冰敷時間為30分鐘後休息10分鐘。
- 5.遵照醫師指示按時至骨科門診追蹤治療。

二、已手術病人返家後應注意事項

鎖骨骨折開刀的適應症有「開放性骨折、骨折併發神經血管受損、骨折端壓迫皮膚、骨折移位兩公分及粉碎性骨折」。

- 1.已手術患者因骨折處已用鋼板固定，故須使用三角巾或前臂吊帶2~4週，其他注意事項均同未手術之注意事項。
- 2.出院返家後第一週內傷口不可碰水，僅需每兩天以不含酒精之優碘由傷口處往外環行消毒即可，待回診拆線，並由醫師評估傷口狀況，再決定傷口是否可以碰水。
- 3.若傷口有紅腫熱痛、分泌物及發燒情形，應盡速返診。
- 4.加裝內固定鎖骨癒合時間將加長，大約需要3~4個月方可癒合，於門診以X光片判讀了解癒合之程度，待癒合之時間暫不要提重物。前臂吊帶(左圖)三角巾(右圖)



參考資料:

Written by the doctors and editors at UpToDate (2023, April). Patient education: Clavicle fracture (The Basics). UpToDate.
<https://www.uptodate.com/contents/clavicle-fracture-the-basics>

諮詢電話02-26723456轉6260

行天宮醫療志業醫療財團法人恩主公醫院