

甲状腺术后患者该如何正确护理？

靳倩倩

(漯河市郾城区中医院 462300)

近年来，随着甲状腺疾病的患病率越来越高，甲状腺手术的应用也越来越广泛，手术是治疗甲状腺疾病的重要手段之一，不仅能减轻患者疼痛，提高患者的舒适度，还能达到治愈甲状腺疾病的目的，复发率还比较低。但因为甲状腺位置的特殊，其功能和结构都很复杂，术后并发症的发生率较高，甚至会危及患者生命，所以术后护理特别重要，那么甲状腺术后患者该如何正确护理？

一、什么是甲状腺疾病？

甲状腺是人体最重要的内分泌器官，位于颈前部甲状软骨下方，气管两旁，由两侧叶和峡部组成，呈H形，颜色是棕红色，人体吞咽时会随着喉部上下移动。甲状腺的主要功能是分泌甲状腺激素、降钙素、生长激素等，不仅能促进人体的新陈代谢，调节体内钙的平衡，还能促进人体生长发育以及组织分化，提高中枢神经系统的兴奋性。甲状腺疾病是人体的甲状腺发生了病变，是一种临床常见的内分泌系统疾病，常见的甲状腺疾病有甲状腺功能亢进、甲状腺功能减退、甲状腺炎、甲状腺结节、甲状腺肿瘤等。

二、什么是甲状腺术？



当人体的甲状腺功能发生异常时，人体的自主神经系统会出现紊乱，新陈代谢也会异常，严重影响人体的身体健康和生长发育。医生会根据患者的病因和具体情况采取不同的治疗方案，其中手术治疗是治疗甲状腺疾病的有效手段之一，主要适用于肿块较大的单纯性甲状腺肿、多发性甲状腺腺瘤、巨大甲状腺腺瘤、甲状腺机能亢进等甲状腺疾病。甲状腺手术主要有甲状腺局部切除术、甲状腺次全切除术、甲状腺全切和甲状腺峡部切除术等。

三、护理

(1) 饮食护理：手术后6小时内患者需要卧床禁食水，6小时后可以吃些流质食物，比如稀饭、面条等。饮食要从少量开始，如果患者没有出现恶心、呕吐等症状，食量可以适当增加，饮食最好从流质逐渐过度半流质，再到正常饮食，大多数患者在2周内可以恢复到正常饮食，手术后半年内尽量避免或少食以下食物：辛辣刺激类食物和各种辛辣调味食品，比如烟酒、咖啡、浓茶、生姜、大蒜、辣椒、韭菜等；易导致过敏的食物，比如虾、螃蟹等壳类动物，芒果、菠萝等热带水果；油炸和烧烤类食物。

(2) 体位护理：患者在术后6小时应取平卧位，头偏向一侧，这样可以减轻手术切口的张力，还有利于患者呼吸和切口分泌物外流。术后患者要注意休息，24小时内尽量减少颈部活动，如果患者想变换体位时，要用手托住颈部以减轻疼痛。患者进食时可以采取坐位或半坐卧位以防呛咳或吸入气管内。

(3) 伤口引流管护理：为了防止伤口渗血、渗液和血肿，手术后患者的颈管内通常会被放置引流管以便引流淤血，通常在术后当天和第二天会有红色或淡红色液体渗出，这是正常现象。一般在术后1-2天引流液会由暗红色变为淡黄色，慢慢会逐渐减少，当出血基本止住时，要及时请医生帮助拔除引流管。即使放置了引流管，也不能麻痹大意，患者在休息或活动时也要注意避免引流管扭曲、

牵拉、折叠、受压或滑脱，确保引流通畅，如果发现引流管堵塞或滑脱、引流液突然增多、引流管满了等情况，要及时通知医护人员做进一步处理。

(4) 伤口护理：术后一周左右患者一定要保持伤口干燥和清洁，可以有效预防感染。如果患者恢复顺利，在术后第5-7天就可以拆线，如果患者是采用吸收线缝合切口，术后无需拆线。术后10天左右切口可以通水，但不要使用肥皂和毛巾擦伤口，拆线2天后患者可以沐浴，但不建议泡澡。术后患者伤口处会有一些发红、肿胀和发痒的情况，这是伤口愈合过程中的正常现象，这些症状一般在6周内逐渐减轻，如果患者伤口处的肿胀症状越发严重，要及时联系医护人员。

(5) 疼痛护理：麻醉药过后，患者的前下颈部区域有不同程度的疼痛，严重影响着患者的睡眠质量和食欲，必要时医护人员会酌情使用止痛药以减轻患者疼痛。一般患者的伤口疼痛会在术后两三天逐渐消失。

(6) 劳逸结合、功能锻炼：手术后患者要注意休息，保证充足的睡眠，避免剧烈运动以防出现排汗增加造成伤口感染。在术后1-2月患者要尽量避免颈部过伸动作，避免手提重物，否则会影响伤口愈合。

为减轻伤口不适感和促进伤口快速愈合，患者在术后6小时可以下床走动或小便，还可以做一些适量的颈部活动、轻量的肩部及上肢运动，可以预防伤口纤维组织与周围组织粘连。注意刚开始做颈部锻炼时，患者的动作幅度不宜过大，以免伤口张力太大加重疤痕的形成，可以循序渐进加大运动的力量及幅度。颈部功能锻炼可以减轻患者颈部的水肿症状，还可以促进患者肩关节和颈部的功能恢复正常。

(7) 用药护理：患者在手术后要口服一些抗生素或输液以预防感染，比如头孢类的抗生素，或阿莫西林胶囊。大多数甲状腺患者在手术后会出现不同程度的甲状腺功能减退，需要规律服用甲状腺素药物来补充甲状腺激素，比如优甲乐等。一些患者在手术后短期内可能会出现明显的手脚麻木等低钙血症症状，需要服用大剂量钙片来缓解这些症状。患者一定要在医生的指导下按时按量合理用药，不可随意增量或减量，以防甲状腺疾病的复发。

(8) 并发症护理：甲状腺术后患者可能会出现发热、出血、神经损伤、呼吸困难、甲状腺危象等并发症，针对不同的并发症需要采取不同的护理措施。

发热：是术后患者最常见的症状，一般38.5度以下的中度发烧均属于正常的吸收热，患者可以多喝温水来减轻发热症状，必要时遵医嘱使用退烧药物。如果体温大于38.5度，很可能发生了感染，应及时告知医护人员采取相应措施，比如使用冰袋或抗生素降温。

出血：患者可能出现皮肤及皮下组织的出血，出血严重会压迫气管，导致呼吸困难，患者要定期对创面进行消毒处理以促进伤口愈合。



(下转第3页)

(上接第1页)

神经损伤:甲状腺手术很容易损伤患者的喉返神经、喉上神经等,一些患者可能会出现声音嘶哑、饮水呛咳、吞咽困难等神经损伤症状,患者可以在医生的指导下进行功能锻炼,或遵医嘱使用甲钴胺片、谷维素片等药物进行治疗。

呼吸困难:是甲状腺术后最危急的并发症,如果患者出现呼吸困难,应及时告知医生做进一步处理,否则会引起窒息和死亡。

手脚麻木抽搐:与甲状腺功能减退有关,如果患者感觉嘴唇、脸部和手脚有一些刺痛感和麻木感,手脚甚至发生抽搐,要及时告知医生采取静脉补钙,之后慢慢逐渐过渡到口服钙片。

甲状腺危象:如果患者出现心动过速、大汗、高热、焦躁、烦躁、谵妄、腹泻等症状,应及时告知医生,这是手术引起的甲状腺

危象,如果不及时治疗,患者会出现昏迷和休克,甚至会危及患者生命。

结语

以上介绍了甲状腺手术的相关知识以便人们了解甲状腺手术后的正确护理方法,科学有效的术后护理不仅能帮助患者减轻一些不适症状,促进伤口尽快愈合,还可以最大程度上控制术后不良发应和并发症的发生,对患者的康复起着重要作用。所以患者在甲状腺手术后要积极配合医护人员做好护理工作,以防甲状腺疾病的复发。

作者简介:姓名:靳倩倩,出生年月:1988年1月,性别:女,民族:汉,籍贯:河南,学历:本科,职称:主管护师,科室:外科。