

甲状腺癌术后护理的五个关键点

◎ 仪陇县人民医院 朱 晗

甲状腺癌在癌症家族中并不罕见，近年来其发病率呈上升趋势。当患者接受甲状腺癌手术治疗后，术后护理便成为助力身体恢复、促进康复进程的关键环节。今天，我们从医务工作者的角度，为大家详细阐述甲状腺癌术后护理的关键要点。

伤口护理

术后伤口的妥善护理直接关系到愈合情况，能有效降低感染风险。医护人员会密切观察伤口有无渗血、渗液现象。术后初期，伤口可能会有少量血性渗出，这属于正常情况，但如果渗血量突然增多，或者出现淡黄色清亮液体渗出，就需要警惕是否存在伤口愈合不良或淋巴管漏等问题，此时必须及时告知医生进行处理。患者及家属要保持伤口周围皮肤清洁干燥，避免沾水。一般在术后1周内，医生会根据伤口愈合状况决定是否可以拆除缝线或使用免拆线的可吸收缝线。在这期间，若需要更换伤口敷料，务必严格遵循无菌操作原则，防止外界细菌侵入伤口引发感染。

呼吸道护理

甲状腺手术位置靠近气管，术后患者可能因伤口疼痛、气管插管刺激等原因出现呼吸道分泌物增多、咳痰不畅的情况。鼓励患者进行深呼吸和有效咳嗽，有助于排出呼吸道分泌物，预防肺部感染。为减轻咳嗽时伤口的震动疼痛，患者可用手轻轻按压伤口部位。对于痰液黏稠不易咳出的患者，可在医生指导下进行雾化吸入治疗。雾化药物能够湿润气道、稀释痰液，使痰液更易咳出。同时，病房内要保持适宜的温度和湿度，温度一般控制在

22~24℃，湿度保持在50%~60%，这样的环境有利于呼吸道黏膜保持湿润，减少分泌物干结。

饮食护理

术后合理的饮食对于患者体力恢复和伤口愈合起着重要作用。术后6小时内，若患者没有恶心、呕吐等不适症状，可先给予少量温水。待胃肠道功能逐渐恢复，可进食温凉、易消化的流食，如米汤、藕粉等，避免食用过热食物，以防引起颈部血管扩张，加重伤口渗血。随着身体的恢复，饮食可逐步过渡到半流食、软食，增加蛋白质和维生素的摄入。多食用瘦肉、鱼类、蛋类、新鲜蔬菜和水果等食物，以增强机体抵抗力。对于甲状腺癌切除范围较大，尤其是进行了甲状腺全切手术的患者，可能需要长期服用甲状腺素片进行替代治疗，此时饮食上还需注意适当控制碘的摄入，避免食用过多含碘丰富的食物，如海带、紫菜等。

服药护理

多数甲状腺癌患者术后需要服用甲状腺素片，一方面是补充甲状腺切除后身体缺乏的甲状腺激素，维持正常的生理代谢；另一方面，通过抑制促甲状腺激素（TSH）的分泌，降低甲状腺癌复发的风险。患者务必严格按照医生的嘱咐按时、按量服药，不可自行增减药

量或停药。在服药过程中，要注意观察有无药物不良反应。例如，过量服用甲状腺素片可能导致心慌、多汗、手抖、失眠等类似甲亢的症状，若出现这些情况，应及时告知医生，调整药物剂量。同时，定期复查甲状腺功能，医生会根据检查结果适时调整药物剂量，确保甲状腺激素水平维持在合适范围。

心理护理

得知患癌并经历手术，患者往往承受着巨大的心理压力，焦虑、恐惧、担忧复发等不良情绪较为常见。这些负面情绪不仅会影响患者的睡眠和食欲，还可能对身体的康复产生不利影响。家属要给予患者充分的关心和陪伴，耐心倾听患者的心声，鼓励患者表达内心的感受。医护人员也会向患者介绍甲状腺癌的相关知识，告知手术治疗的效果以及术后康复的注意事项，增强患者战胜疾病的信心。患者可参加一些甲状腺癌康复者互助组织，与其他患者交流经验，从他人的康复经历中获取力量和支持，以积极乐观的心态面对术后康复过程。

甲状腺癌术后护理涵盖伤口、呼吸道、饮食、服药以及心理等多个关键方面。患者及其家属积极配合医护人员，认真落实各项护理措施，能为患者的康复进程提供有力保障，让患者早日回归正常生活。😊