



术后胸带如何使用

◎内江市第一人民医院 谌 茜

随着现代医疗科技的发展，胸外科微创手术的普及率不断提升。传统开胸手术的切口比较大，而微创手术切口仅有几厘米，能够实现胸部疾病的精准诊疗。患者接受开胸手术后往往要绑扎胸带，但小切口是否可以不绑扎胸带呢？答案当然是不能的，无论哪种开胸手术都要绑扎胸带，这样才能加快术后康复。

绑扎胸带好处多

1.固定胸廓。术后绑扎胸带能够固定胸廓，维持胸部稳定性，防止咳嗽、呼吸所致胸廓过度起伏，加重手术部位牵拉与疼痛感，创造良好的伤口愈合条件。

2.减轻疼痛。术后伤口位置会出现不同程度的疼痛感，胸带通过合适压力压迫伤口，减少伤口周围组织的摩擦与振动，有效缓解疼痛感。同时，绑扎胸带还能降低胸廓运动对神经系统的刺激，减轻切口疼痛。

3.加快术后康复。绑扎胸带可以帮助患者保持正确的呼吸姿势，减少疼痛所致呼吸困难症状，有助于维持良好的肺部功能，促进肺部复张。同时，胸带稳定胸廓能够促进血液循环，为手术切口组织修复提供充足的氧气和养分，加快术后康复。

4.心理安慰。对于患者来说，术后绑扎胸带能够提供心理安慰，缓解患者的紧张、焦虑情绪，加强康复信心。

选择合适胸带很重要

医疗市场上包含多种胸带，通常为纱布、弹性胸带、背心式胸带。其中，纱布胸带的固定能力

强，但无透气性、无弹性，舒适度差，现已很少使用。弹性胸带是心胸外科常用的胸带，操作简单且便于调节，但部分款式存在边缘偏硬、偏厚等弊端，容易损伤腋下皮肤组织，您可以在胸带与皮肤之间垫一个柔软毛巾，减少皮肤摩擦。背心式胸带采用新型材料编制，透气性非常强，佩戴舒适度与强度均比较好，但是价格比较贵。

佩戴时长因人而异

开胸手术的术后恢复时间非常长，虽然表面皮肤组织愈合速度快，但骨头愈合时间通常达到3个月以上。但并非所有患者都要长时间使用胸带，患者年龄、体质、身体营养状态、慢性疾病等因素都会影响胸骨愈合能力。对于高龄、术后痰多、骨质疏松患者来说，胸带佩戴时长应达到3个月。

正确佩戴胸带有技巧

很多患者觉得绑扎胸带不舒服，容易影响睡眠和活动，所以睡觉时可以稍微调松一些，日常活动可以适当加紧，这样能改善胸带佩戴不舒服问题。胸带绑扎位置不宜过高，因过高会摩擦患者双侧腋窝，增加不适感。但也不能绑扎的

过低，过低就无法固定胸骨。通常情况下，胸带上缘靠近腋窝褶皱就行。在调节松紧度时，只要患者深呼吸时有收缩作用且不影响呼吸即可。

患者接受开胸手术后，胸壁完整性被破坏，肋间肌切断会影响肺部通气泵作用，此时通气方式为低潮气量，容易引发高碳酸血症、低氧血症，所以要指导患者学会腹式呼吸法。腹式呼吸时要放松全身肌肉，嘱咐患者采取舒适体位，一手放在胸部、一手放在腹部，吸气时挺起腹部，保持胸部不动，吸气后屏气1~3s再通过口呼气。呼气时口唇缩成鱼嘴状，感受压在腹部的手被抬起，而放在胸部的手始终保持不动，每分钟练习7~8次。同时要保持病房室内环境清洁，调控温湿度，让患者以积极心态面对术后康复治疗。

胸带使用过程中，应注意以下几点：

1.保持清洁。定期更换胸带与敷料，保持伤口清洁、干燥，降低感染风险。

2.不要沾水。伤口愈合之前尽量不要沾水，防止伤口沾水所致感染症状。

3.不要剧烈运动。术后佩戴胸带时必须严格控制康复训练力度，严禁剧烈运动，以免胸带移位、拉扯伤口，对切口愈合产生影响。

4.调整松紧度。如果您觉得胸带过紧或过松，应当及时告诉医护人员，让他们帮助调节松紧度。在佩戴胸带时不要自行解绑，即使出现皮肤瘙痒症状也不要将手指伸进去抓挠，若实在无法忍受瘙痒感，就要告诉医生处理。

总之，在使用胸带时，患者应当遵照医生指导佩戴，充分发挥胸带的作用，尽早恢复健康。😊