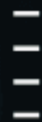


WORK SUMMARY AND PLAN

2023



# 乳腺癌术后护理



# 目录 CONTENTS

- 乳腺癌术后概述
- 乳腺癌术后伤口护理
- 乳腺癌术后康复锻炼
- 乳腺癌术后心理护理
- 乳腺癌术后营养与健康生活



01

# 乳腺癌术后概述



# 乳腺癌术后护理的重要性

01



## 促进术后恢复



良好的术后护理可以帮助患者尽快恢复身体功能，减少并发症的风险，提高生活质量。

02



## 减轻疼痛和不适



通过有效的护理措施，可以缓解患者的疼痛和不适感，提升他们的舒适度。

03



## 预防复发和转移



科学的术后护理有助于降低乳腺癌复发的风险，提高患者的生存率。



# 乳腺癌术后的恢复期



## 定期复查

在术后恢复期，患者需要定期进行复查，以便及时发现任何可能的复发或转移。



## 康复锻炼

根据手术情况和医生的建议，患者可以进行适当的康复锻炼，以促进患肢的功能恢复。



## 心理调适

乳腺癌术后患者可能会面临心理压力和情绪困扰，需要进行心理调适和心理咨询。



# 乳腺癌术后的生活调整

## 健康饮食

保持健康的饮食习惯，摄入足够的营养物质，有助于促进身体的康复。



## 避免风险因素

避免接触一些已知的乳腺癌风险因素，如长期精神压力、不良饮食习惯、缺乏运动等。

## 规律作息

建立规律的作息时间，保证充足的睡眠和休息，有助于提高身体的免疫力。



02

乳腺癌术后伤口护理

# 伤口清洁与消毒

## 定期清洁

使用温和的肥皂水轻轻清洗伤口，  
然后用清水冲洗干净，保持伤口  
干燥。



## 避免触碰

避免用手指触碰伤口，以防感染。



## 定期消毒

使用碘伏或酒精对伤口进行消毒，  
保持伤口清洁。







# 伤口愈合过程



## 初期愈合

术后1-2周内，伤口开始初步愈合，形成痂皮。



## 后期愈合

术后2-3个月内，伤口逐渐缩小，质地变软，最终形成瘢痕。



## 注意事项

在愈合过程中，应避免剧烈运动和牵拉伤口，以防影响愈合。

## ● 伤口疼痛与缓解

### ● 轻度疼痛

术后伤口可能会有轻微疼痛，一般可自行缓解。

### ● 中度疼痛

若疼痛较为明显，可在医生指导下使用止痛药进行缓解。

### ● 重度疼痛

若出现剧烈疼痛，应及时就医，查找原因并进行治疗。



03

乳腺癌术后康复锻炼

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。如要下载或阅读全文，请访问：  
<https://d.book118.com/085113230330011130>