

## 台大醫院創傷醫學部

### 鎖骨骨折病人出院須知

經過醫師仔細診治之後，您已經可以回家休養，下列說明可幫助您在家時的後續照顧

1. 大部分鎖骨骨折都可以徒手復位，復位後使用八字肩帶固定可得到很好的治療效果。
2. 八字肩帶需要穿著 4-6 個星期甚至到三個月。疼痛大約持續 1-2 星期。前 2 星期需合併使用三角巾固定患側手臂，以減輕疼痛。
3. 前 1-2 星期最好擦澡，不脫下八字肩帶，如脫下八字肩帶，正確穿法為雙手叉腰，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，調整雙肩部分海綿（如圖示）。
4. 要把八字肩帶穿在衣服最裡面，不可以穿在衣服外面。睡覺時應平躺勿側躺。
5. 請您到骨科門診複診。