

關節脫臼注意事項

關節因外力脫臼時，該關節周圍的韌帶、肌腱、軟組織、肌肉等，也會因為拉扯而導致受傷。關節脫臼後，再次脫臼的機率很高，因此在日常生活的動作上應保護關節、配合輔具固定脫臼關節使其休息不動，避免關節受到外力拉扯或擺盪，而再次受傷。

返家後注意事項

1. 患肢避免負重。
2. 配合使用輔具（如肩帶或吊帶）、副木或石膏。
3. 遵守醫師指示回診。
4. 髖關節脫臼復位後，請避免以下姿勢：
 - 髖關節彎曲超過 90 度：
如：坐矮凳或沙發椅子太低、蹲下、馬桶太低等。
 - 雙腿勿交叉（如：翹腳）。

成 大 醫 院 急 診 部 關 心 您

國立成功大學醫學院附設醫院 (<https://www.hosp.ncku.edu.tw/nckm/>)

語音預約掛號專線：(06)2766111

人工預約掛號專線：(06)2353333

製作單位：急診部

民國 109 年 08 月修訂

