

## 上肢周邊神經受損衛教

術後根據受損神經之位置與種類(尺神經、正中神經、橈神經)，給予適當擺位的副木保護。下列為進行職能治療復健之進程。

四周內	<ul style="list-style-type: none"><li>● 穿戴副木保護</li><li>● 治療師給予主動與被動活動之教導</li><li>● 注意水腫控制，將上肢抬高於心臟位置、按摩及主動運動</li></ul>
四到六周	<ul style="list-style-type: none"><li>● 視情況開始手部進階的非阻力主動與被動動作</li><li>● 持續注意水腫控制</li></ul>
六周後	<ul style="list-style-type: none"><li>● 施以拉筋動作</li><li>● 針對神經所支配之肌肉，漸進式給予主動動作訓練及肌耐力訓練等</li></ul>

以上活動及訓練皆需由醫師及治療師進行評估及教導，如有上述問題請找醫師或治療師加以詢問了解。

其他注意事項：

- 神經受損也會影響到感覺，造成手部過度敏感或無感的情形，需注意避免接觸尖銳、溫度過高或過低之物品，保護皮膚。
- 手部麻的感覺，可輕拍麻或過度敏感的部位，降低敏感的情形。由治療師執行減敏感及感覺再教育訓練。
- 建議避免觸碰含有咖啡因之食物及菸，以免延滯神經生長之速度。