

患者及照护者教育

儿科患者在手术前后保持活跃

本信息介绍了如何让您的孩子在手术前后保持活跃。其中还介绍了 Memorial Sloan Kettering's (MSK) 的复健服务如何帮助您的孩子。

关于 MSK 复健服务

活动和运动对儿童的成长和发育非常重要。住院和待在一个房间里会降低您孩子的活动能力（移动能力）和活动水平，这会降低孩子的体力和游戏技能，延迟其发育状态。

MSK 的复健服务可以帮助您的孩子在术后恢复体力。复健服务还有助于提高孩子的日常活动能力。职业治疗师 (OT) 和/或物理治疗师 (PT) 可能会根据您孩子的需要在术后与他们一起合作。他们会确保您的孩子在住院期间保持活跃并积极参与。让孩子参与治疗是其康复过程中的重要组成部分。同样重要的是，您应在治疗疗程期间和治疗后提供帮助。

职业治疗师

OT 的工作是提高孩子术后进行重要日常活动的 ability。OT 可能会帮助您的孩子解决在穿衣或梳洗、游戏活动、学校或工作技能等自我照护任务方面遇到的任何问题（见图 1）。

在职业治疗疗程期间，OT 将：

- 与孩子讨论其日常活动。他们将询问孩子在手术前如何进行这类活动。
- 检查孩子手指和手臂的力量、感觉和运动情况。
- 询问孩子是否能够理解指令、解决问题、集中注意力和记住事情。
- 了解孩子的日常活动情况，包括：
 - 上床和下床



图 1. 与 OT 合作

- 穿脱衣物
- 往返和使用卫生间
- 刷牙
- 玩玩具

物理治疗师

PT 的工作是提高孩子术后的活动能力和功能。PT 可以帮助孩子恢复力量、平衡和协调能力。这将有助于他们进行行走、爬楼梯和运动等活动（见图 2）。

在物理治疗疗程期间，PT 将：

- 与孩子讨论其家庭和学校环境。他们会询问孩子在活动身体时可能遇到的任何问题。
- 测量孩子手臂和腿部的力量、平衡、运动和感觉。
- 检查孩子的呼吸和咳嗽能力。
- 了解孩子在日常活动中需要多少帮助，包括：
 - 上床和下床
 - 从椅子上起身
 - 上下楼梯

帮助孩子为手术做好准备

- 让孩子在手术前保持活跃非常重要。他们可以通过散步、锻炼和照常进行日常活动来做到这一点。
- 确保孩子遵循其日常活动。包括洗澡、刷牙和梳头等自我照护工作。
- 为孩子准备住院期间保持日常活动所需的物品。包括从家里带来睡衣、衣服、鞋子和牙刷。您还可以带上孩子最喜欢的玩具或游戏，帮助他们在住院期间得到慰藉。
- 带上孩子需要的任何特殊设备或物品，以帮助他们在住院期间走动。包括拐杖、助行器、轮椅或手臂或腿部支架。这将有助于孩子在手术后安全移动。



图 2. 与 PT 合作

- 陪孩子一起看日历，向他们展示手术当天的情况。把日历带到医院，用于记录手术后的日子。
- 告知您的孩子术后可能会与 OT 和/或 PT 会面。和孩子谈谈预期情况。让孩子了解将有人帮助他们下床玩耍、坐在椅子上或四处走动。

手术后可能发生的情况

手术后，您的孩子将连接静脉注射 (IV) 导管和医疗导管。这将有助于输注药物和排出液体。您孩子的 OT 和/或 PT 将管理其 IV 导管和管路，以便他们可以安全地活动并参加治疗。

如果您的孩子需要继续接受输氧治疗以帮助呼吸，呼吸治疗师和护士将与孩子的 OT 和/或 PT 一起合作。他们将确保您的孩子在治疗期间得到所需支持。

帮助孩子从手术中恢复

参加物理和职业治疗疗程

根据孩子的术后需求，他们可能会参加物理治疗疗程、职业治疗疗程或两者兼有。

PT 和/或 OT 将与您的孩子合作，以帮助他们：

- 恢复体力
- 自行四处走动
- 减轻疼痛
- 改善呼吸
- 咳嗽并清除肺部分泌物（粘液）
- 提高警觉性和遵循指令的能力
- 进行日常活动
- 提高游戏技能
- 为回家做好准备

让孩子参与进来

麻醉（手术期间通过药物使您入睡）、药物和陌生的环境会让您的孩子感到困惑。他们

也很难掌握时间或自己所处的位置。与您的孩子谈谈住院情况。让孩子了解当天的日期和时间。让孩子了解护士、医生和治疗师在病房里要做什么。

白天在病房里拉开窗帘并开灯。晚上关灯，帮助孩子保持规律的睡眠时间。

鼓励孩子玩游戏并进行喜爱的活动，如玩纸牌游戏、阅读、填色和拼图。做这些活动的合适地点是尽可能坐在椅子上，离开床。

四处走动

手术后让孩子四处走动非常重要。如果您的孩子到了可以走路的年龄，让他们每 2 小时走动一次是个不错的目标。这将有助于防止腿部形成血块、增强体力并缩短住院时间。术后 24 小时内，您孩子的护士和/或治疗师将帮助其坐起来和下床活动。

做深呼吸练习

手术后，由于孩子的胸部或腹部有切口（手术切口），深呼吸有时会感到疼痛。为了帮助改善孩子的呼吸，护士和/或治疗师将会陪他们一起练习深呼吸。他们将通过吹泡泡和使用诱发性肺量计（见图 3）来进行练习。使用诱发性肺量计有助于扩张孩子的肺部，防止其患上肺炎（肺部感染）。

有关更多信息，请向您孩子的护士索取资源 *如何使用诱发性肺量计* (www.mskcc.org/zh-hans/cancer-care/patient-education/how-use-your-incentive-spirometer)。



图 3. 使用诱发性肺量计

联系信息

如果您对帮助孩子在手术前后保持活跃有任何疑问，请致电 MSK 复健服务部，电话：212-639-7833。您可以在周一至周五上午 8:00 至下午 6:00 与他们联系。

If you have questions or concerns, contact your healthcare provider. A member of your care team will answer Monday through Friday from 9 a.m. to 5 p.m. Outside those hours, you can leave a message or talk with another MSK provider. There is always a doctor or nurse on call. If you're not sure how to reach your healthcare provider, call 212-639-2000.

有关更多资源，请访问 www.mskcc.org/pe，在我们的虚拟图书馆中进行搜索。

Staying Active Before and After Surgery for Pediatric Patients - Last updated on April 30, 2026
Memorial Sloan Kettering Cancer Center 拥有和保留所有权利



Memorial Sloan Kettering
Cancer Center