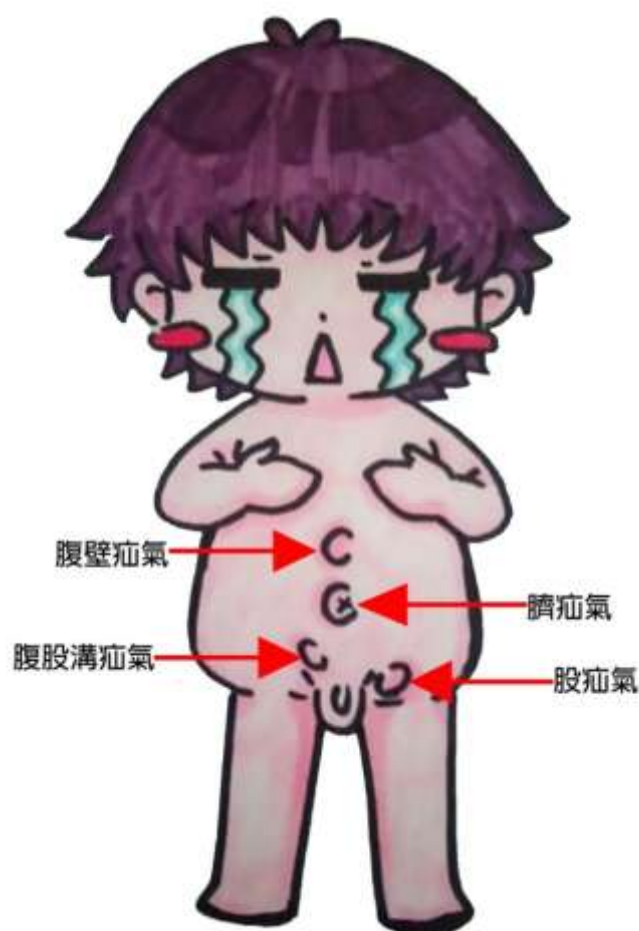




疝氣術後返家照護衛教



全人智慧醫療典範
愛心品質創新當責

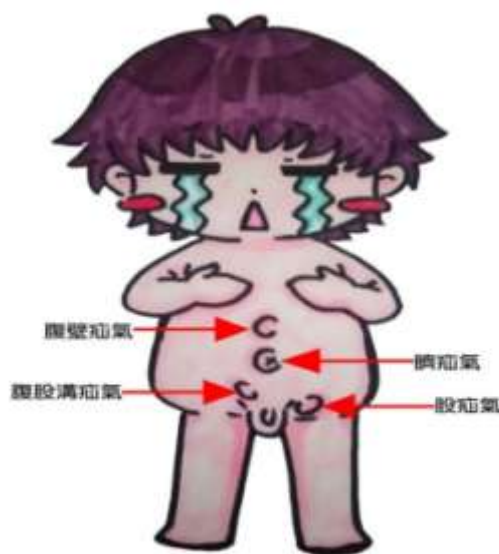
經一般科醫師或護理專家檢視

臺中榮民總醫院護理部編印

疝氣是指部份臟器位移到不正常位置，嚴重時會造成腹痛、發燒，影響生活或身體機能。常見的疝氣有腹壁疝氣、腹股溝疝氣、臍疝氣及股疝氣。疝氣的治療以手術為主，以下說明為疝氣手術後返家注意事項。

腹壁疝氣：好發於腹壁中線，常見於腹部手術之後，可能因為腹部傷口縫合處癒合不良，造成器官組織和內容物膨出。

腹股溝疝氣：臟器突出於腹股溝的腹壁，突出的位置較股疝氣高且偏內側。



臍疝氣：當腸子、網膜、或體液在肚臍附近突出腫塊，造成肚臍鼓出。

股疝氣：臟器從大腿與腹部連接處的下方(股骨窩)由上往下突出於腹股溝外下側的股孔。

一、傷口照護

(一) 傷口若是以縫線縫合，出院後應保持傷口清潔乾燥不可碰水，建議以擦澡方式清潔身體，並每日依照護理師教導方式進行傷口換藥。

傷口拆線前請保持清潔乾燥、不碰水。



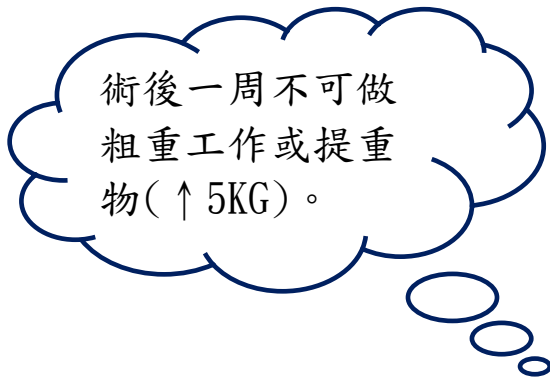
(二) 傷口若以可吸收線縫合並貼美容膠，在手術後一周貼美容膠的傷口才可碰水。請每天觀察美容膠傷口有無不正常的分泌物，依醫師指示約一至兩週更換一次新的美容膠，不需要每天換藥或更換美容膠。

二、日常生活照護

(一)養成規律生活作息，飲食無禁忌，但要多喝水，無限水者每日喝水 2000-3000 C.C.、多吃蔬菜水果，預防便秘，若有便秘情形，依醫師處方服用軟便藥物。



(二)手術後一個禮拜可恢復非粗重的工作或活動，但切記不可做粗重工作及提重物，例如：搬傢具或提大於 5 公斤的物品。



(三)性生活方面，避免劇烈動作影響到傷口，建議手術後一個月後再行房。

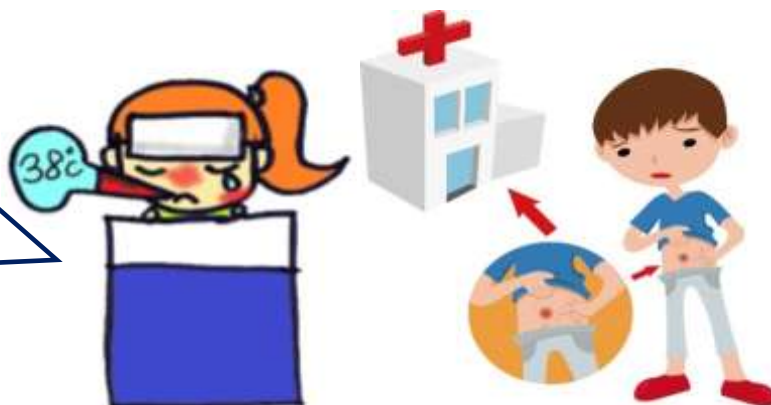
(四)出院後三個月內應避免劇烈運動，如：賽跑、打球、提重物等粗重活動，避免做會使腹壓增加的運動，如騎乘腳踏車、摩托車，用力解便、仰臥起坐，在嘔吐或咳嗽時，要適時按壓支托患處，避免腹壓突然增加。

出院後三個月內避免做下列動作，以免影響身體復原

仰臥起坐	用力解便	打球	賽跑
			

(五)依回診時間返回門診複診，但出院後若有(持續發燒超過 38°C 、腹痛加劇、嘔吐、傷口出現紅腫熱痛、化膿或有分泌物等)，請儘速至門診或急診就醫。

如有發燒、腹痛或傷口紅腫熱痛等情形，請儘速就醫。



(六)術後傷口周邊、陰囊、包皮處(常見 50 歲以上病人)容易有腫脹或皮下瘀血情形，可局部冰敷、墊高，一般約一個禮拜會逐漸消失。

(七)如有小便不順，請至泌尿科門診檢查及治療、如有長期便秘問題請至大腸直腸外或胃腸科門診檢查及治療，以免影響疝氣手術後的復原。

三、結語

疝氣手術順利完成後，當狀況穩定傷口沒有問題即可出院返家，出院後居家照顧需遵照醫師及護理師指導的照護守則及配合上述衛教內容，便可達到良好的復原。

四、參考資料

曾振樺(2018)。疝氣手術後，患者要注意的事情有哪些。· *健康世界*，(493)，59. doi： 10.6454/HW

曾振樺(2017)。疝氣手術後，何時可以開始運動。· *健康世界*，(492)，45. doi： 10.6454/HW

曾振樺(2015)。疝氣手術後是否會影響性能力。· *健康世界*，(465)，17. doi： 10.6454/HW

Hewitt,D. B.,& Chojnacki, K. (2017).Groin hernia repair by open surgery. *The Journal of the American Medical Association*,318(8),764.

doi:10.1001/jama.2017.9868