



經腹部子宮肌瘤切除手術後須知 (Myomectomy)

一、手術簡介：

肌瘤是一種平滑肌肉細胞形成的良性腫瘤，可以發生於身體中任何有平滑肌肉組織的器官，是婦女骨盆最常見之腫瘤。大多數有子宮肌瘤的婦女並不會有臨床症狀出現。最常見症狀包括不正常子宮出血、骨盆疼痛及變大的子宮。子宮肌瘤切除手術是一種相當安全的手術，對於想保有子宮或欲再生育者，一般會選擇這種肌瘤切除手術，能夠治療疾病、解除病人的症狀，恢復正常的生活。

二、步驟重點：

手術治療的方式經由醫師評估肌瘤的大小、位置而定，常見是採經腹部子宮肌瘤切除手術，手術分有直切及橫切兩種方式，可保留子宮及附屬器官。

全人智慧 醫療典範
愛心 品質 創新 當責

經婦科專科醫師檢視
臺中榮民總醫院護理部編印

三、手術前準備：

- (一)於辦理住院手續前，請先卸除乾淨您雙手及雙腳的指甲油，尤其是特殊的光療指甲。
- (二)需完成心電圖、胸部 X 光、抽血及小便常規檢查（若於門診已完成者不需重複執行）。
- (三)主治醫師會說明手術過程及相關風險，並請您填寫手術同意書。
- (四)會診麻醉科，由麻醉科醫師解說麻醉方式、注意事項及相關風險，並請您填寫麻醉同意書。
- (五)手術前一天，護理師會依醫師指示為您剃除手術部位毛髮，以減少感染的可能性。
- (六)手術前一天，請準備下列術後用品：口腔棉棒（禁食時潤濕雙唇及口腔用）、免洗褲、衛生棉、美容膠及束腹帶，可至醫療用品店購買。
- (七)手術前一天晚上，護理師將為您進行灌腸清潔腸道，以減少感染的可能性。
- (八)手術前若你感到焦慮、害怕，請告知醫護同仁，必要時會依醫師指示給予安眠藥。
- (九)手術前一天午夜 12 時後開始禁食、禁水。

(十)手術當日早上，護理師會請您更換手術衣，並移除身上的飾品，包括：手錶、戒指、耳環、隱形眼鏡、活動式假牙、手環、護身符、內衣等，可穿著免洗褲及病人褲，入手術室前護理師將為您執行靜脈點滴注射，以便給藥。

四、手術後注意事項：

- (一)手術後將先入恢復室觀察，經麻醉醫師評估情況穩定後，由護理師送回病室。
- (二)宜採半坐臥式，以利肺部擴張及傷口引流。
- (三)可以口腔棉籤沾水潤濕嘴唇或漱口，保持口腔濕潤。
- (四)麻醉恢復期可能會有噁心或嘔吐情形，如有嘔吐現象請採側睡，避免造成吸入性肺炎。
- (五)全身麻醉後，喉嚨可能會發生疼痛、乾癢或多痰的情形，護理師會教導您採正確之深呼吸咳嗽的方法，希望儘量能把痰咳出，以減少肺部併發症發生；在咳嗽時請雙手壓住傷口兩側，以減輕腹部震動疼痛。
- (六)疼痛因個人而有所差異，若傷口疼痛，可告知醫護人員，將依醫師指示為您注射止痛針。

- (七)宜多翻身改變姿勢以促進腸蠕動；可按摩雙腿及肢體，促進血液循環及增加舒適感。
- (八)手術後第二天，儘可能早期下床活動，使腹腔內的滲出液排出體外。採漸進式下床：先在床緣坐 10~15 分鐘，等頭比較不暈時再下床，過程需有家屬陪伴避免跌倒意外發生。
- (九)直切傷口於手術後約 24 小時（橫切傷口手術後約 48 小時），護理師會為您的傷口換藥，請保持傷口清潔乾燥，如無滲液或感染現象，不需每日換藥。
- (十)保持導尿管通暢、勿受壓折，醫師會評估移除導尿管時間，移除導尿管後儘可能下床自行小便，如有頻尿、小便困難情形，請立即告知醫護人員。
- (十一)手術後 2~3 天排氣後，依醫師指示可先試喝溫水，如沒有嘔吐或腹脹發生可進食，應避免脹氣食物如：牛奶、番薯及豆漿等。
- (十二)子宮肌瘤切除後，陰道會排出少量分泌物，這種情況會持續數星期，在此期間，應保持會陰部清潔乾燥，避免細菌感染。

(十三)腹部橫切傷口，貼上美容膠不需拆線；直切傷口手術後醫師會安排門診複診，檢視傷口並拆線（約7~10天）。

(十四)傷口使用美容膠可減少疤痕增生，美容膠持續貼3-6個月可美化傷口。美容膠七天更換一次，更換時不需用優碘消毒，也不需用紗布覆蓋。

五、復健與預防合併症：

(一)採均衡健康飲食：低脂肪、低糖、低鹽、高纖維及足夠的蛋白質和多種維他命、礦物質。

(二)手術後二~四週內應多休息，漸進式增加日常活動。

(三)束腹帶持續使用四~六週。

(四)返家後可採淋浴，切勿泡澡或浸泡傷口，美容膠若因洗澡弄濕，可用衛生紙或乾毛巾拭乾，也可使用吹風機冷風吹乾。

(五)手術後六星期內，不適宜作劇烈活動，例如粗重工作、提重物或跑、跳等劇烈運動。

(六)若有發燒、傷口化膿、下腹劇痛或陰道大量出血，應至急診就醫。

(七)術後醫師視情況預約返院門診複查，經醫師診
視評估後，才可恢復房事。

婦科辦公室：(04) 23592525 轉 5801

婦科門診：(04) 23592525 轉 6557 或 6558

婦科病房：(04) 23592525 轉 8086 或 8087