



## 腹股溝疝氣手術後之護理指導

一、手術後回到病房後應注意：

- (一)採腰椎(半身)麻醉者，手術後需平躺6小時，待下肢肢體感覺、運動反射恢復後即可下床活動。
- (二)術後6小時即可試著下床解小便，如解不出，請通知醫護人員。
- (三)禁食6小時後，先喝兩口水，無噁心嘔吐情形，即可進食。
- (四)手術後若疼痛不適，請告知護理人員，其將依醫囑使用止痛藥物以緩解您的不適。

二、冰敷在陰囊上方，每4小時冰敷一次，每次15~20分鐘，並保持傷口乾燥勿滲濕敷料，兩次間隔需休息15分鐘，冰敷2~3天，可防止出血及陰囊腫脹。

三、保持傷口清潔乾燥，如傷口紗布滲濕時，請告知護理人員，將會為您更換紗布。

四、手術後應多做深呼吸及翻身，即早下床活動，幫助肺擴張。

五、為避免疝氣復發，請注意下列事項：

- (一)術後1~2個月內若要咳嗽，請用手按住傷口，可減輕腹部用力及震動所造成之疼痛。
  - (二)三個月內不可提重物及劇烈運動。
  - (三)請多喝水，多攝食蔬菜、水果、養成規律的排便習慣；應避免抽菸、喝酒及辛辣食物。
  - (四)禁止增加腹壓的活動，如：憋尿、用力解便等，亦需避免久坐或久站。
- 六、術後3~4天即可出院，7~10天請回門診由醫師評估傷口癒合情形；而後請依醫師指示，定時回門診複查。

七、出院後若有以下情形，請立即就醫，如疝氣復發、陰囊有不正常腫大，傷口紅、腫、熱、痛及高燒不退。

八、如果傷口痊癒，則可恢復正常的日常生活及婚姻生活。

### 參考資料

- 孫一麟、王鍾慶、方詩璇、將昇達、劉紹興、周稚傑(2011)·職業性疝氣：個案報告暨文獻回顧·*中華職業醫學雜誌*，18(2)，87-91。
- 馮容芬等(2006)·消化系統疾病與護理·劉雪娥總校閱，*新編內外科護理學上冊*(12章，93-110頁)·台北：永大。