

疝氣手術須知

一、手術當天

- (一) 腰椎麻醉之病人，術後需平躺 6 小時，才可睡枕頭或採半坐臥式；全身麻醉則無此限制。
- (二) 術後平躺期間可使用尿壺或便盆於床上解小便，如解不出來或 6-8 小時未解小便請告知醫護人員。
- (三) 術後醫護人員會依麻醉方式告知您可進食的時間，進食前先喝少量開水，若無噁心、嘔吐情形，即可進食一般普通飲食
- (四) 若傷口有紅、腫情形，請告知醫護人員。
- (五) 傷口若有滲血或滲濕現象，請告知醫護人員評估是否需更換敷料。

二、術後第一天

- (一) 鼓勵您儘早下床活動，並採漸進式緩慢動作。
- (二) 為預防全身麻醉後併發肺擴張不全及肺炎等合併症，請經常做深呼吸及咳嗽運動並將痰液咳出。
- (三) 移動身體、翻身或咳嗽時，可用雙手按住傷口與下腹以減輕傷口疼痛。
- (四) 術後請保持傷口清潔、乾燥，醫師或專科護理師每天會為您換藥；若傷口內層以可吸收線縫合，最表層使用美容膠帶、紗布覆蓋，則不需每天換藥，於 1 星期後為您拆線。
- (五) 術後一星期容易在傷口處、陰囊、包皮處（常見 50 歲以上患者）發生腫脹或皮下瘀血，這是正常現象，可局部冰敷、墊高，一般約一星期就會逐漸消失。

三、術後第二天

- (一) 宜採半坐臥、搖高床尾，以減低縫合處的張力。
- (二) 請採正常飲食，如有其它病情，請依醫師指示採用治療飲食。
- (三) 避免食用刺激性的食物，如：抽煙、喝酒及辛辣食物。

- (四) 若有便秘情形，可多吃富含纖維質的食物，如：蔬菜、水果、穀類等並多喝水，若情況未獲改善請告知護理人員。

四、出院前衛教

- (一) 手術 1 週後可從事輕度工作，1 個月後可以恢復正常活動，建議 3 個月內避免劇烈活動，如跑步、騎腳踏車…等，並請不要提超過 3 公斤的重物，如：抱小孩、搬花盆…等。
- (二) 術後 4-6 週可恢復性行為。
- (三) 返家後應保持傷口清潔乾燥，按時服藥，依醫師指示按時回門診追蹤。
- (四) 傷口出現紅、腫、熱、痛或持續發燒不退，請立即返院追蹤。
- (五) 飲食多攝取蔬菜、水果，且每日攝取 2000cc 以上液體，以免用力排便而增加腹壓，使疝氣復發。