

## 一、定義：

疝氣是一個穿過腹壁肌薄弱部份的突出物。腹股溝疝氣就是在鼠蹊部有隆起的組織。

疝氣常見有鼠蹊部疝氣(如：腹股溝疝氣及股疝氣)、臍腹疝氣及切口疝氣等。

## 二、發生原因：

1. 先天性或後天性的腹壁薄弱。
2. 腹腔內壓力增加，原因如：便秘用力、長期咳嗽、良性前列腺肥大、肝硬化腹水等，應一併治療。

## 三、手術方式：

目前最常使用的手術，方式包刮：

1. 組織對組織修補。
2. 無張力人工網手術、人工網腹腔鏡手術。

傳統的疝氣手術是以自身組織的張力縫合手術，因術後張力大導致傷口疼痛，復原期長，且復發率高，已漸漸被取代。取而代之是使用人工網膜的無張力式修補，此手術是利用人工網膜來修補並加強受損的腹壁缺口，術後患者復發率低於 0.05% 以下，且手術時間短、疼痛度低、復原速度快等優點，通常患者術後可以快速回復工作及生活。部分人工網膜是自費，部分則有健保支付。

## 四、術後注意事項：

1. 在術後24小時內你可能有疼痛，可以告知醫護人員為您處理疼痛。
2. 男性病患為預防陰囊水腫產生之疼痛，**可以冰袋冰敷傷口周圍及陰囊表面**，減輕腫脹，緩解疼痛。
3. 術後患者**若有排尿困難，有以下誘尿方法：**
  - (1) 先使病人心情放鬆，可坐著或站著解尿。

- (2) 開水龍頭聽流水聲。
- (3) 以冷水或溫水沖洗尿道(尿液出口處)。
- (4) 按摩大腿內側



- 以上方法使用兩項後仍無效，請通知護理師。
4. 有攝護腺肥大病史應告知醫師，且宜繼續規則服用藥物。

## 五、活動：

1. 術後傷口疼痛緩解後即可**協助患者下床活動，促進血液循環。**
2. **每 1-2小時應做深呼吸及經常性的翻身**，當咳嗽、嘔吐時或改變姿勢時可用手壓住傷口，避免牽引導致傷口疼痛，必要時醫師會給予止咳藥。

## 六、飲食：

- 1.術後沒有嘔吐即可進食。
- 2.在飲食選擇方面採均衡飲食，增加高纖維食物，如：蔬菜、水果、豆類、糙米....等避免便秘。
- 3.每天喝水 1500-2000ml 以上（含蔬菜、水果、湯等之水份）。
- 4.請少量多餐、細嚼慢嚥，飯後至少休息30分鐘，促進消化。

## 七、居家照顧：

- 1.兩個月內避免提重物。
- 2.2-3星期不可騎腳踏車，能騎摩托車，術後一星期可以開車（使用人工網膜無此禁忌）。
- 3.性行為 4-6 週即可恢復。
- 4.避免腹壓增加的活動，如：彎腰、咳嗽。
- 5.多補充蔬菜水果避免便秘。



## 八、以下情況請返診：

- 1.依醫師指定時間定期返診。
- 2.發燒超過38°C。
- 3.傷口紅、腫、熱、痛、分泌物增多、有異味。
- 4.傷口腫脹凸出、疼痛加劇。



# 腹股溝疝氣 術後護理須知



門診護理組製作

諮詢專線：(04)7113456#8051

讚美專線：0809-055215

住址：彰化市中山路一段366號

服務專線：04-7113456



彰化基督教醫療財團法人  
**漢銘基督教醫院**

CHANGHUA CHRISTIAN MEDICAL FOUNDATION  
HANMING CHRISTIAN HOSPITAL

參考資料：

劉莉妮等（2017）.消化系統疾病之護理 .

於劉雪娥總校閱·內外科護理學

（七版·417-420頁）·台北：華否。