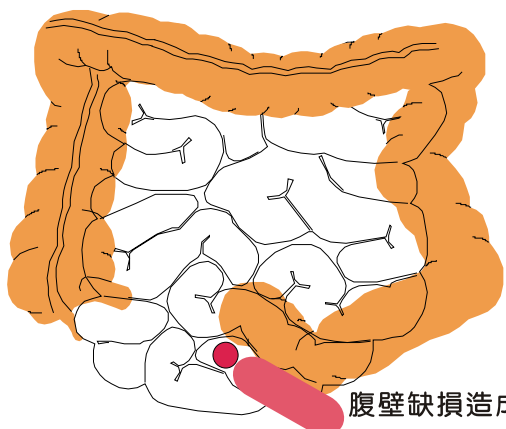


腹股溝疝氣 術後護理須知



腹壁缺損造成小腸
凸出即為疝氣



門診護理組 製作

諮詢專線：(04)7113456#8080

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

制定日期：2021年03月

修訂日期：2025年06月(三版)

51500-單張-中文-524-03

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、攝護腺肥大、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，方式包括：

1. 組織對組織修補。
2. 無張力人工網膜手術、人工網膜腹腔鏡手術。

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1%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小時內您可能有疼痛，可以告知醫護人員為您處理疼痛。
2. 為減輕術後水腫引起之不適，可使用**冰袋冰敷**傷口周圍。如為微創手術者，則冰敷患側之下腹部到鼠蹊部以減輕腫脹，緩解疼痛。男性患者於平躺時須以毛巾墊高陰囊。
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，且需繼續規則服用藥物。

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。
- 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。



自我評量 (是非題)

- () 1.手術後可以使用冰袋冰敷傷口周圍及鼠蹊部。
- () 2.手術後即可提重物。

參考文獻：

馮容芬等(2021)·消化系統疾病與護理·於王桂芸等總校閱·新編內外科護理學(八版，12-132~12-134頁)·台北：永大。
彰化基督教醫院護理部(2025)·腹股溝疝氣術後護理須知(第二十三版)·衛教單張。

題號	1	2
解答	○	X