



# 高雄市立小港醫院（委託財團法人高雄醫學大學經營）

## 認識乳房重建手術(TRAM)

乳癌是台灣女性癌症的第一位，發生率在近十多年來有急速上升的趨勢，若早期發現、早期治療，乳癌五年的存活率高達 90% 以上。乳癌診斷後，依腫瘤的大小、發生的部位、癌細胞的分類、臨床癌症的期別、腋下淋巴結轉移情況等，有各種治療計畫，以乳房切除手術為基本，再輔以各種藥物及放射線治療。手術切除依病情而有不同術式，分為腫塊切除術、部分或全乳房切除，外加有無腋下淋巴結廓清術之手術。乳癌行腹直肌皮瓣重建手術（transverse rectus abdominus myocutaneous flap, TRAM flap）意為乳癌病人在切除腫瘤組織後，由外科醫師摘取下腹部肚臍與恥骨中間的皮膚與皮下脂肪組織及部分腹直肌的肌肉轉至切除區域進行乳房重建。

### 一、手術前用物準備

- (一) 視情況備自體血(約 250ml)，術中由醫師評估可否輸血以恢復體力。
- (二) 醫師准許下可開立安眠藥協助入睡，減少緊張失眠。
- (三) 準備前釦式寬鬆睡衣更換，以利術後傷口照護。
- (四) 入院時攜帶一顆枕頭，因術後需採頭高腳高姿勢，需以枕頭墊高下肢。
- (五) 自行準備或自費買電熱毯，術後傷口需以電熱毯進行保溫，維持傷口血液循環良好。
- (六) 自行準備或自費購買束腹腰夾，術後使用束腹腰夾固定傷口以及減輕疼痛。

### 二、術後護理

- (一) 術後需保持頭高腳高姿勢 3 天，床頭及床尾皆抬高 45~60 度，臀部於床上保持在床凹陷的最低點，呈現 V 字型，於床上可自行翻身活動。
- (二) 術後執行手抓握及腳趾抓握運動，以減輕肢體腫脹。
- (三) 術後電熱毯需使用三天，每兩小時使用電熱毯熱敷，胸部熱敷 15 分鐘、腹部熱敷 5 分鐘，以促進傷口血液循環，電熱毯需保持在 45 度，電熱毯使用時，傷口或皮膚有灼熱感，需檢查溫度是否維持最低溫度(45 度)，可稍微移動電熱毯。

- (四) 為了減少術後腹部傷口牽扯，會使用束腹腰夾以減少疼痛，但要避免壓到胸前記號血管經過的位置。咳嗽或打噴嚏時，用雙手壓住腹部避免用力，防止腹部傷口裂開。
- (五) 保持四周環境溫暖，病室溫度約 25°C，避免因室溫太冷引起週邊血管收縮，而減低皮瓣之血流，若室溫低於 25°C 可使用烤燈。
- (六) 傷口會以無菌敷料覆蓋傷口，術後 48 小時或視傷口狀況執行傷口護理。
- (七) 術後會有一條尿管留置，術後第三天可採漸進式下床，將可移除尿管，下床活動時，請家屬在旁協助。走路時微彎腰，使腹部不覺得緊繃。術後乳房患側及左右腹將各有一條引流管留置，保持扁平狀以利引流血水，注意管路安全避免拉扯。

### 三、出院衛教

- (一) 傷口照護：出院前給予傷口換藥，衛教出院需保持傷口清潔乾燥，及注意引流液之量和顏色並紀錄，回診時將記錄單交付醫師以利評估，通常引流管約在術後兩週移除。
- (二) 若有以下情形需立即掛急診或門診診治：
  - 1. 傷口有紅腫熱痛或傷口呈現黑色壞死狀況。
  - 2. 體溫  $\geq 38.5^{\circ}\text{C}$  或引流管內引流液呈現鮮紅色。
  - 3. 乳房或腹部的傷口，若突然有無痛性的腫脹可能有皮下積液情形。
- (三) 活動運動：手術後至少 6 週內應避免舉起重物和劇烈運動。活動應漸進性增加，術後第 3 週後可散步及提輕紙袋，第 6 週便可恢復到居家正常活動。
- (四) 飲食：均衡的飲食及良好的營養狀況，增加高蛋白質和維生素 C 食物攝取，有利於傷口的癒合，手術後三到四個月內絕對禁止抽菸及二手菸，並避免咖啡因、可可亞、冰冷刺激性的食物。
- (五) 定期追蹤：定期回診於腫瘤科、整形外科或乳房外科門診追蹤，術後仍需每個月執行乳房自我檢查。

若您返家後有任何疑問，可來電諮詢 (07) 8036783 轉 3602、3603 (6A 病房) 或 3622、3623 (6B 病房)

**小港醫院外科病房關心您**