



# 高雄市立小港醫院 (委託財團法人高雄醫學大學經營)

## 腹腔鏡膽囊切除手術後之照護

### 一、手術後返室需知

- (一) 手術後需完全禁食六至八小時，不用等排氣，待麻醉藥物漸退，腸道開始恢復蠕動，若沒有噁心嘔吐即可進食，飲食原則如以下飲食說明。
- (二) 手術後可能會有輕微肩膀痛和腰背酸痛的情形，此為手術中打入二氧化碳讓橫膈受刺激所致，幾天後會漸漸消失，可以適度執行伸展肢體活動。
- (三) 手術後須作深呼吸、咳嗽，每小時 10 次，使肺部擴張，預防肺部塌陷，減少手術後併發症的發生。

### 二、疼痛處理

傷口疼痛時，可以枕頭支拖傷口減低疼痛，或告知護理人員，必要時依醫囑給予止痛劑使用。

### 三、早期活動

由護理人員或家屬陪同，在能力範圍內採漸進式下床活動，先於床上坐起五分鐘後→移至床緣休息五分鐘→再站立五分鐘，再請醫護人員或家屬陪伴協助行走，可預防術後合併症，例如：血栓靜脈炎的發生。

### 四、引流管照護

- (一) 少數病人手術後於右上腹會置放引流管引流血水，當引流液量達袋子或抽吸球的 1/2 時需傾倒；抽吸若充滿氣體膨脹應告知護理人員。
- (二) 保持引流管通暢勿拉扯，睡覺時應睡向健側，勿壓迫引流管或抽吸球，當下床活動時以安全別針固定於衣服或將引流管抽吸球放置口袋內。
- (三) 若引流管必需留置返家於門診再移除，醫護人員會衛教返家護理注意事項。

### 五、飲食

- (一) 醫護人員會告訴您可進食時間，一般可先嘗試喝開水，若無不適情形可嚐試運動飲料、蜜茶、無渣果汁；再改為清

淡、易消化軟質食物。

- (二) 第一週內避免蛋黃及油膩食物，剛開始進食後，可能會有輕微腹瀉情形，這是正常現象，一至二週後應會消失。初期的一、二個月須限制脂肪的攝取，先採低油、低膽固醇飲食，然後漸進式回復到一般飲食。
- (三) 食物烹調方式：以清燉、蒸煮方法代替油炸、油煎、燒烤等。用餐時應避免麻油、沙拉醬、辣椒、沙茶醬等調味料。
- (四) 肉類應選擇瘦肉(依次可選用：雞肉、魚肉、鴨肉、牛肉、羊肉、豬肉)，附著之油脂及皮應全部切除。肉類紅燒、燉湯時，可於冷藏後將上層油脂去除，再加熱使用。
- (五) 要均衡選擇食物，減少吃高脂、高膽固醇食物，如豬油、內臟類、蛋黃(一個禮拜不超過3個)、酪梨、榴槤等。堅果類，如瓜子、花生、腰果、核桃、松子、杏仁等，因脂肪含量高，應適量攝取。減少吃易產氣的飲食，如可樂、汽水、豆類、洋蔥、蕃薯類等。多攝取胡蘿蔔素豐富食物，如：深綠色、深黃色之蔬菜、水果及含維生素C食物，如：番石榴、柑橘類、木瓜、新鮮綠葉蔬菜。

## 六、出院計劃

- (一) 出院當日檢查傷口若無滲液，會使用防水敷料黏貼，回家後不必換藥並可淋浴，待下次門診回診時，由醫師拆開、檢視傷口並換藥；在家若發現敷料內有潮濕、或分泌物時，須立即拆開敷料以水溶性優碘消毒傷口，再以紗布覆蓋保持傷口乾燥。換藥時注意傷口是否有感染的徵象，如發燒、寒顫、傷口痛、發紅、腫脹和化膿分泌物等，須立刻就醫。
- (二) 一般住院天數約3天即可出院，通常傷口不用拆線，若須拆線傷口縫線將於門診拆除。
- (三) 手術後4週內，應避免腹壓增加之動作，如提重物(單側>5公斤)、用力解便、持續咳嗽等。

若您返家後有任何疑問，歡迎洽詢總機電話(07)8036783 轉 3552、3553(5N病房)、3608、3609(6N病房)或 3808、3809(8N病房)

**小港醫院外科病房關心您**