

疝气术后须知

- 定义
- 原因
- 症状
- 术后注意事项
- 居家照护

一、定义

疝气是一种先天性或后天性组织或器官一部分由组织薄弱处脱出其原来正常位置，即称为疝气，在任何年龄均会发生。其中腹股沟疝发生率最高，占 90%，其次是股疝。

二、原因

（一）腹壁强度降低

1. 先天性因素：在婴儿胚胎时期，腹股沟处有一“腹膜鞘状突”未完全封闭，保持不正常的开放状态，因此腹腔内的脏器如：网膜、卵巢、盲肠尤其是小肠等，在腹部压力增加的时候，便会经由这个不正常开放的腹膜下坠，通过腹股沟抵达阴囊，造成了疝气。
2. 后天性因素：腹壁肌功能丧失或缺损，如切口愈合不良，外伤、感染腹壁神经损伤等。

（二）腹内压力增高

工作用力、慢性咳嗽、用力解尿、用力解便、腹水、晚期妊娠、举重、婴幼儿经常啼哭等，皆为常见的诱因。

三、症状

- （一）临床症状因个人及年纪而有异，在新生儿及小孩，因哭闹或腹股沟鼓出肿块而被注意。
- （二）成人患处轻微隆起及坠痛感，活动或久站时感觉越来越明显。
- （三）提举重物用力或咳嗽时，患处的隆起会更膨大，大部份躺下时即可消除，有些则无法复位。

四、手术后注意事项

（一）饮食方面：

1. 手术后可先喝少量开水，如无恶心、呕吐即可进流质饮食，逐渐过渡至普食（绞窄性疝，若为小肠嵌顿，术后需按照医师指示暂予禁食）。
2. 应多喝开水至少 2000ml/天。
3. 多吃高纤维食物（如：蔬菜、水果），预防便秘及用力排便。

（二）活动方面：

1. 术后当天取平卧位，膝下垫一软枕，使膝、髋关节微曲，以松弛腹壁、减轻手术切口的张力，卧床期间，鼓励床上翻身及上肢活动。

2. 一般术后 1-2 天可离床活动，年老体弱、复发性疝、绞窄性疝、巨大疝术后可延迟 3-4 天下床活动。

（三）预防阴囊血肿：

腹股沟疝手术区放置沙袋压迫 12-24 小时，以防止伤口出血，术后在阴囊下方垫小软枕将阴囊抬高，并密切观察阴囊肿胀情况。

（四）防止腹内压增高之动作：

1. 注意保暖，防止感冒引起咳嗽，严重的咳嗽、呕吐或打喷嚏等情形时，应用手或枕头按压保护伤口。

2. 手术后六个月内勿提重物及避免造成腹压增加的活动，如：举重物、抱小孩、用力打喷嚏、用力咳嗽、便秘、怀孕及肥胖等。

（五）伤口照顾方面：

1. 注意伤口有无渗血情形，保持清洁干燥，若敷料污染或脱落，应及时更换。

2. 严密观察生命征，尤其是体温的变化，若伤口有红、肿、热、痛及异常分泌物等感染现象，应及时处理。

五、居家照护

（一）出院后 6 个月内避免重体力劳动及提举重物，儿童避免剧烈运动。

（二）保持大便通畅，避免用力排便，多饮水、多食粗纤维食物，忌辛辣食物，养成定时排便的习惯。

（三）注意保暖，防止感冒而引起咳嗽，积极预防和治疗使腹内压增高的各种疾病。

（四）请依照医师指示定时回诊，若疝复发，应及早到医院诊治。