



疝氣 Hernia

一、什麼是疝氣：

疝氣是指腹壁缺口加上腹壓增加導致腹內組織由缺口擠壓滑出而形成一突出腫塊。最常發生於腹股溝處（腹股溝疝氣）或手術切口處（切口疝氣）

二、原因：

(一)腹壁本身的完整性有缺陷

(二)腹內壓力增加例如：便秘、提重物、劇烈咳嗽、小便困難，用力解尿

三、症狀：

平常可能沒有症狀，但腹部用力(例如:孩童哭鬧時、解便時)腹股溝或陰囊會鼓出軟軟的一團，不會痛。有時發生嵌入性疝氣會出現腸阻塞症狀(嘔吐、腹脹、腹痛)。如果腹腔內器官（尤其是腸子），嵌入疝氣囊內無法推回時，有可能造成腸阻塞或腸壞死，就會有生命危險

四、臨床處置：

手術療法：採疝氣修補術，缺口處以外科手術修補縫合、人工網膜覆蓋修補

五、飲食：

(一)多攝取蔬菜、水果等富含纖維質高的食物，以保持排便順暢

(二)補充水份每日達 2000cc（約 8 大杯）

六、居家照顧：

(一)術後減輕疼痛方式：

- 1.移動身體或咳嗽，用手壓住傷口
- 2.依醫囑使用止痛劑
- 3.術後 24-72 小時視需要冰敷傷口，以減輕腫脹感
- 4.如術後有持續疼痛問題請即早告知醫師

(二)術後六個月內避免做下列會使腹壓增加的動作：

- 1.術後 3 個月內不可彎腰提重物（超過 2 公斤以上）
- 2.劇烈咳嗽
- 3.小便困難、用力解尿、便秘

4.仰臥起坐、游泳、跑步、騎腳踏車

(三)傷口護理：

- 1.傷口未拆線，保持清潔與乾燥，若不慎弄濕，立即更換敷料以避免感染
- 2.通常拆線後三天可以將傷口的紗布移除，並觀察局部傷口的癒合情形，若有紅、腫、熱、痛或有異常分泌物等情形，需立即返診
- 3.若傷口已完全結痂，即可沐浴

(四)出院後一週或依醫師指定時間回門診檢查

七、參考資料

- 陳淑麗、黃秀文（2020）．一位初期腹膜透析病人併發腹股溝疝氣之照護經驗．*領導護理*，21（3），75-89。
- 曾振樞（2017）．疝氣手術後，患者要注意的事情有哪些？．*健康世界*，(493)，59。
- 林貴滿（2021）．消化系統疾病病人之護理．於胡月娟總校閱，*內外科護理學上冊*(六版)．台北市：華杏。

No.B0403

臺北市立聯合醫院護理部 111 年 06 月 30 日修訂