



膽結石 Gallstones

一、什麼是膽結石：

指膽道系統中包括肝內膽管、總膽管及膽囊等有結石，其成份包含色素結石、膽固醇、碳酸鈣等，若未予適當治療處理，易造成胰臟炎、膽囊炎、膽道穿孔、腹膜炎等情形

二、原因：

- (一)年齡：40歲以上的中老年人居多
- (二)性別：女性多於男性，發生比率為4：1，主因懷孕或服用口服避孕藥所致
- (三)肥胖：飲食過度或脂肪吃太多等，也會囤積過多膽固醇
- (四)總膽管狹窄或腫瘤阻塞：因造成膽汁排泄不順暢而堆積
- (五)溶血性貧血：由於溶血形成膽紅素增加，結石機會也增加
- (六)新陳代謝疾病：糖尿病人易產生結石，歸因於膽汁中膽固醇分泌過多
- (七)飲食型態：長期禁食或喜好進食蛋黃、海鮮、高油脂、水份攝取不足者

三、症狀：

- (一)在進食油炸食物後3~6小時發生右上腹部絞痛，嚴重時會反射到背部或右肩胛處疼痛
- (二)墨菲氏徵象 Murphy's sign：觸壓右上腹部時，深吸氣或咳嗽會引發疼痛
- (三)發燒、畏寒、盜汗；右上腹部有飽脹感，常會有打嗝、嘔吐、心灼熱感
- (四)黃疸，如：臉色變黃、鞏膜（眼白）變黃
- (五)尿液顏色變深茶色、皮膚搔癢、灰色便

四、臨床處置：

- (一)急性期以藥物治療為主：
 - 1. 抗生素：用以控制發炎反應
 - 2. 抗痙攣劑：消除平滑肌痙攣情形

【續後頁】

3.止吐劑：治療噁心、嘔吐

4.止痛劑(Demerol)：以減輕膽道痙攣疼痛

(二)外科手術

五、飲食：

(一)採低油飲食，多選植物油為主，烹調方式採烘烤、清蒸、少油炸

(二)多食用可溶性纖維食物，如：蔬菜、水果、燕麥等

(三)避免食用乳酪製品和點心，如：花生、巧克力、冰淇淋等

(四)避免食用動物內臟、海產、刺激性香料及產氣食物，如：蒜、洋蔥等

(五) 每日水分攝取量為 2000cc.以上，避免食用加工食品及高糖分食物

六、術後照顧：

(一)早期下床活動，可刺激腸胃蠕動，減少脹氣，避免便秘及腸阻塞

(二)預防肺炎及肺塌陷：深呼吸運動以利肺部擴張，咳嗽時可以手壓腹部固定傷口減輕疼痛

(三)術後六週內，應盡量避免提重物（2 公斤以上）以防腹壓增加

(四)保持傷口清潔、乾燥，以避免感染

(五)術後如有 T 型管留置之個案，居家注意事項如下：

1.注意保持 T 型管通暢，且引流袋要低於傷口，應避免於活動時造成牽扯或扭曲、受壓，且切勿將引流管夾住而影響引流之功能

2.觀察引管有無膽汁外漏及周圍皮膚有無紅、腫、熱、痛之炎症反應

3.每兩小時檢查引流袋的顏色與量，術後開始引流約 400cc./天之黃綠色膽汁，若引流管阻塞或漏往腹腔，引流量會急速減少，請即刻返院就醫

七、出院注意事項：

如有畏寒、發燒、劇烈腹痛、嘔吐黃疸、小便顏色、變深、灰白便、術後有置放管路引流膽汁者，管路不慎滑脫、斷裂或阻塞等情況，須立即返診

八、參考資料

李和惠、林麗秋、胡月娟 (2019)·消化系統疾病病人之護理·於林貴滿總校閱，
內外科護理學上冊 (六版，653-824 頁)·台北：華杏。