

疝氣

疝氣，俗稱脫腸或是墜腸是一種先天性或後天性的內臟由正常體腔穿出或脫出的疾病，在任何年齡均有可能發生。本衛教單張提供有關疝氣的發生原因及治療等注意事項，希望能幫助疝氣病患學習自我照護並儘早恢復健康。

一、什麼是疝氣

腹腔內的臟器自薄弱的肌肉組織脫出其原來所在的空腔位置，即為疝氣。疝氣可分腹股溝疝氣、股疝氣、臍疝氣、切口疝氣等，其中以腹股溝疝氣最常見。

患者在提舉重物、工作用力、用力解尿、用力解便、腹水、先天性缺損、腹部曾接受手術、懷孕、肥胖等情況下，是最常見的原因。

二、疝氣會有什麼症狀？

1. 患處輕微隆起及急墜痛感。
2. 提舉起重物或用力、咳嗽時，隆起會更膨大，躺下時即可消除。

3. 若發生疝氣脫出無法復位時應立即就醫經醫師診斷並接受手術治療。

三、如何治療疝氣？

一般來說，所有疝氣都應該以手術修補方式治療才能痊癒，以避免籍閉性氣疝氣之發生，大人一般採下半身麻醉，手術時間約一小時，術後可進食，第二天或第三天就可出院。

四、手術前注意事項有哪些？

1. 需要攝取均衡營養的飲食，以維持最佳的營養狀態。
2. 醫師會為您抽血、做心電圖、照 X 光來檢查您是否有呼吸及心臟方面的症狀。
3. 教導有效的深呼吸及咳嗽方法。
4. 如果心肺功能較差者，可能會有危險。手術中會為您嚴密監測。

五、手術後要注意事項有哪些？

- 1.除非陰囊發生水腫，否則麻醉恢復後立即可下床。
- 2.手術後 1-2 週傷口會有緊繃、疼痛感，這是正常現象，醫師會開立止痛藥給您服用，以減輕疼痛
- 3.出院後應保持傷口清潔乾燥，拆線前約 1-2 天換藥一次，拆線後就不需要再換藥。
- 4.飲食無禁忌，應多吃蔬菜水果，以防止便秘。
- 5.手術後 2 個月內應避免使腹壓增加之動作，如用力解便、仰臥起坐、騎腳踏車、摩托車或提重物等；在嘔吐或咳嗽發生時要支托患處。
- 6.通常手術後 7 天拆線。
- 7.若傷口有紅腫熱痛，或出血現象，應立即返院就診。