

闌尾切除術後須知

- 1.術後第一天即可下床活動，應儘早下床活動，可促進腸子的蠕動。
- 2.術後 48 小時內，可冰敷傷口，減輕傷口疼痛及腫脹；每次冰敷 20 分鐘，再休息 20 分鐘，可減少傷口疼痛及腫脹情形。
- 3.可採半坐臥姿勢（30~45 度），有助於腹部肌肉鬆弛，並減輕傷口不適。
- 4.翻身、下床活動或是咳嗽時，可輕柔用手按住傷口，以減輕傷口拉扯之疼痛。
- 5.臥床休息時，應常翻身以促進腸蠕動，幫助排氣。
- 6.腸蠕動恢復或排氣（排便）後，依醫師指示後開始進食。
 - (1)開始進食時，以流質、清淡飲食為主，例如：米湯、果汁，切勿油膩。
 - (2)排氣隔日，若無腹脹不適感，可進食軟質食物，例如：稀飯、麵條、麵包、布丁...等，之後再進食一般食物，以少量多餐為原則。
 - (3)牛奶易引起腹脹，宜於排氣 3~4 天後才飲用。
- 7.傷口疼痛時，可告知護理人員，並依醫師指示給予止痛劑。
- 8.手術後傷口請保持清潔乾燥，以免造成感染。
- 9.一般手術後 5~7 天，傷口無紅腫化膿，即可拆線，請保持傷口清潔乾燥，若使用美容膠者，可不需每天換藥，於美容膠掉落時，以生理食鹽水擦拭後，重新貼上美容膠。
- 10.出院後傷口周圍皮膚有紅、腫、熱、疼痛加劇、有異常分泌物、或是有發燒的情形，請立即就醫。
- 11.回家後應該多休息並避免太過於勞累。
- 12.手術後六個星期內不可以提重物，避免傷口裂開或是引起傷口疝氣。
- 13.減少抽菸（含電子煙）、酒精等刺激性的攝取。

參考資料

- 林貴滿（2019）．消化系統疾病病人之護理．李和惠總校閱．內外科護理學下冊．（六版，10.728-10.730）．華杏。
- 林靜佩（2020）．消化系統病人的護理．全方位護理應考e寶典：內外科護理學（第十一版，388-389）．新文京開發。
- 袁素娟（2020）．消化系統疾病之護理．馮容芬總校閱．成人內外科護理下冊．（八版，697-707頁）．華杏。