

腸阻塞

一、什麼是腸阻塞

腸子因為某些因素，如：曾經開過刀、腸子發炎、腹部腫瘤、大量固體或異物堵住腸子，導致腸子暫時停止蠕動或無法正常的蠕動，即稱之為腸阻塞，其嚴重性是以阻塞的部位、程度，以及阻塞處血液循環之狀況而定，腸阻塞大部分常見於迴腸部分，因通道較小內容物不易通過導致。

腸阻塞可分為兩種型態：一種是機械性腸阻塞，腸道真的被腫瘤或異物堵住，就像水溝被大石頭堵塞般；另一種是麻痺性腸阻塞，是因為腸子不蠕動，就像河川不流動了，內容物就無法順利運送。

二、症狀

臨床上，發生大腸阻塞遠比小腸阻塞少，但年長病人有不成比例增加的可能性。

1. **腹絞痛**：突然或漸進的發生，且隨著時間延長越來越痛，劇烈腹痛常見阻塞於位置較高的病人。
2. **持續噁心、嘔吐**：一般是出現在阻塞位置較高的病人。
3. **腹脹**：腹部鼓脹、皮膚緊繃，叩診時有明顯的鼓音，常見於阻塞位置較低的病人。
4. **便秘**：糞便變細、排便習慣改變、腹痛、便秘、腹瀉等症狀，最後糞便甚至連氣體都排不出來。
5. 體重減輕、也可能觸摸到腹部腫瘤。



三、治療方法

內科治療用於早期或復發性腸阻塞而無腹膜炎徵象的病人；外科治療用於完全腸阻塞合併腹膜炎的病人，若內科治療無效也可考慮手術。

1. 急性期禁食，會給予靜脈輸液，補充水分預防脫水及矯正電解質不平衡。
2. 腹痛嘔吐厲害時予以鼻胃管引流減壓，如症狀改善則儘早拔除鼻胃管及停止靜脈注射。
3. 協助翻身及活動增加腸蠕動。
4. 藥物：使用抗生素、促進腸蠕動、抗腸胃痙攣劑，停止止瀉劑、降低腸蠕動的藥物，必要時給予灌腸，若治療適當，病人情況常常可改善。

腸阻塞

- 5.嚴重時需開刀。
- 6.可以開始進食時，多喝水，需採流質→半流質軟質稀飯等漸進飲食方式。
- 7.返家後日常飲食增加蔬果等食物之攝取並注意日常排便的正常與否。

四、日常生活須知

- 1.飲食指導：採低渣飲食 3~6 個月，並視個別狀況調整。
 - (1)禁食全奶類。
 - (2)蔬菜類：可吃蔬菜之嫩葉、菜泥，避免一些難消化的纖維性食物，如果進食蔬果時，必須細嚼慢嚥。
 - (3)水果類：吃去皮的水果、果汁。補充纖維質雖然有助於排便，但是像柿子這種粗纖維且不易消化的食物，容易形成糞石，增加腸阻塞發生機率，尤其臥床者以及腸子蠕動較差的年長者，建議少吃。
 - (4)主食類：吃白麵粉製品、精練米、米製品。
 - (5)肉類：吃不含筋的嫩肉。
 - (6)豆類：勿吃加工後的製品以免脹氣。
 - (7)烹調時可使用適當油脂類，以利腸道潤滑、通暢。
- 2.若無特殊限制維持每天至少攝取 2500cc 液體，及適當運動以防便秘；若出現便秘症狀嚴重應就醫處理。
- 3.腹部運動：做環狀腹部按摩，可促進腸蠕動。
- 4.追蹤與複診。
- 5.若出現發燒、腹部痙攣痛、絞痛、腹脹、噁心、嘔吐及嚴重便秘等應立即就醫及早阻止腸阻塞再度發生。



參考資料

- 林貴滿(2019)．消化系統疾病病人之護理．於胡月娟總校閱，*內外科護理學*(六版，742-744頁)．華杏。
- 許自齊(2019)．急性大腸阻塞的手術治療．*健康世界*，506，24-28．<http://doi.org/10.6454/HW>
- 張雅雯(2020)．大便減少、變細甚至沒排便…小心腸阻塞！．*好心肝會刊*，第90期．<https://www.liver.org.tw/journalView.php?cat=65&sid=882&page=2>