

闌尾切除術後須知

一、術後須知

- 1.術後第一天即可下床活動，應儘早下床活動，以促進腸子的蠕動。
- 2.術後傷口請保持清潔乾燥，以免造成感染，有滲濕請告知護理人員更換紗布。
- 3.術後 48 小時內可冰敷傷口，以減輕傷口疼痛及腫脹（每次冰敷 20 分鐘，再休息 20 分鐘），若疼痛未改善可告知護理人員，會依醫師指示給予止痛劑使用。
- 4.可採半坐臥姿勢（30~45 度）或於膝下墊枕頭使下肢屈曲，減輕腹部傷口壓力。
- 5.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。
- 6.若發炎嚴重或闌尾破裂術後可能會放置引流管引流。
- 7.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)牛奶及豆漿易引起腹脹，宜於排氣 3~4 天後才飲用。



二、日常生活須知

- 1.一般腹腔鏡術後傷口若黏貼美容膠（無縫線），可不需每天換藥，美容膠掉落時，以生理食鹽水擦拭後，重新貼上美容膠；未拆線傷口每天則以優碘及生理食鹽水消毒換藥。
- 2.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。
- 3.回家後應該多休息並避免太過於勞累。
- 4.手術後六個星期內不可以提重物（2 公斤），避免傷口裂開或是引起傷口疝氣。
- 5.減少抽菸（含電子煙）、酒精等刺激性的攝取。

參考資料

- 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。
- 翁麗雀（2023）．消化系統疾病病人的護理．廖張京棟、蔡秀鑾總效閱，最新實用內外科護理學上冊（七版，87-88）．永大。
- 周繡玲（2024）．消化系統疾病之護理．劉雪娥總校閱，成人內外科護理下冊（九版，389-392）．華杏。