

## 子宮切除術後之護理指導

### \*子宮切除術後之護理指導

1. 手術後的第一天，在床上應多翻身，改變姿勢。次日儘可能下床活動。
2. 最初幾天臥床時，應保持頭高臀低的姿勢，使腹腔內的滲出液容易排出體外。
3. 全身麻醉，常發生喉嚨疼痛、癢、有痰。宜多嗽口，深呼吸儘量把痰咳出，以減少肺部併發症。
4. 麻醉藥效消失，祇要沒有嘔吐現象，即可飲用少量溫開水。待排氣後，遵醫囑方可進食。
5. 傷口保持乾燥、清潔，較易癒合，除非滲物過多，不須蓋敷料。拆線後 2-3 天，傷口乾燥，洗澡以淋浴為佳，避免盆浴，若弄濕傷口，更換紙膠傷口持續貼紙膠 3-4 個月，可預防疤痕生長。
6. 術後會為您取掉導尿管，應起床自行小便，如小便有困難，應立即告知醫生、護士。
7. 術後三天內有輕微發燒是身體正常反應，應多喝飲料補充水份。
8. 子宮切除後，陰道會有點狀出血和少量滲出液，四週內會自行停止。
9. 術後應暫緩行房事，適當的時間可於複診時與醫師討論，若一切正常即恢復房事(一般於術後 6-8 週之後，行房時若感覺乾燥不適，可使用 K-Y Jelly 潤滑) 手術後六週應門診複查，子宮切除術對性生活無任何不良的影響。
10. 陰道可能會有少量出血，可使用衛生棉更換。術後六週內，不可自行陰道灌洗或用衛生棉條，以防逆行性感染。
11. 單純的子宮切除，不會影響荷爾蒙的分泌；若有包含兩側卵巢切除，會影響荷爾蒙的分泌，可經由醫師建議是否給予荷爾蒙治療。
12. 每天至少清洗外陰部一次，並觀察有無分泌物及其顏色、量、氣味。
13. 大小便後，使用生理沖洗器，由前往後方向沖洗，以防感染。
14. 術後 6-8 週內避免提重物、跑步、爬樓梯、久坐久站、蹲著、騎腳踏車及骨盆腔劇烈活動。
15. 術後適當的散步運動，可促進血液循環及消化吸收。
16. 出院後，應依照醫師指示返診檢查，若出現下列情況，立即來門診就醫:解尿困難或解尿有燒灼感、發燒、陰道出血量增加，呈鮮紅或有血塊，傷口紅、腫、熱、痛或有分泌物、陰道有多量的水樣分泌物。
17. 術後採少量多餐，每天攝取 2500~3000C.C 的水分，避免油膩、刺激性食物，如太辣、太腥、大量飲酒及抽太多的煙、濃茶和咖啡。因較易發生腸蠕動不順情形，需多吃高纖食物，如：蔬菜、水果、燕麥、糙米等，並少吃產氣食物以避免脹氣，如：豆類、地瓜、蛋、洋蔥等；多攝取高蛋白飲食，以加速傷口修復，如：新鮮瘦肉、魚、蛋、奶類。

**\*手術後不會有月經來潮，也不會受孕，有性行為之婦女，每一年應做一次抹片檢查。**

若您有任何相關的問題，請您直接詢問照顧您的護理人員，我們將竭誠為您服務  
敬祝您 身體健康、平安喜樂!

護理部製 2006/02  
2013/02 修訂

