臺安醫院

子 宮 肌 瘤 切 除 術 後 之 護 理 指 導

子宮肌瘤是婦女最常見的腫瘤，就是發生於子宮內平滑肌的腫瘤，根據統計在 35 歲以上的婦女，每四至五人中就有一人有子宮肌瘤。個人體質或遺傳的差異也是長肌瘤的重要因素。

＊子宮肌瘤是否一定要開刀？

不是所有的肌瘤一經發現就要馬上開刀。是否要做手術切除，是根據腫瘤的大小，以及是否造成臨床上的症狀來做決定。小而沒有症狀的肌瘤可以定期追查，如果不會長大也不發生新的肌瘤就可以不動手術。大於十四週懷孕大小的子宮肌瘤雖無症狀，還是手術切除的好。

＊子宮肌瘤開刀時機？子宮瘤發生下列症狀時應考慮切除

1.出血：肌瘤很大造成月經過多、或是黏膜下的肌瘤，發生不規則的經期之間出血，大約 30%的病人會有不正常的子宮出血。

2.壓迫症狀:大的肌瘤會壓迫膀胱而成頻尿或排尿困難；會壓迫直腸而有裡急後重的感覺。

3.疼痛：肌瘤太大導致血液循環不良，發生壞死而疼痛；或是因壓迫、牽扯，而有骨盆腔的沈重、疼痛；漿膜下的肌瘤如果發生扭轉，會有急性腹痛，不緊急手術就會發生腹膜炎。

4.感染：黏膜下的肌瘤長出子宮頸外容易發生感染，而致慢性的子宮內膜炎。

5.不孕症：子宮肌瘤若超過五公分，影響精子的運輸、不正常的輸卵移動及不正常的子宮血流，而造成不孕。

6.懷孕期的併發症：大部份的肌瘤對懷孕、生產都沒有什麼影響。只有很大的肌瘤使子宮腔發生變形，可能造成流產、早產及胎位不正。對於造成不孕症或妊娠中併發症的肌瘤，以及對於還想再生育的婦女，如果其肌瘤有症狀，有手術的必要，應只切除肌瘤而保留子宮。

＊子宮肌瘤切除術後返家之護理指導：

1.術後 6-8 週內勿提超過 5 公斤之重物，若提物時可使用束腹帶，以免震動所引起之疼痛。

2.保持傷口乾燥、清潔，若弄濕傷口，以棉棒沾生理食鹽水清潔後更換傷口敷料，一週後傷口持續貼美容膠或除疤產品 3-4 個月，可預防疤痕生長。

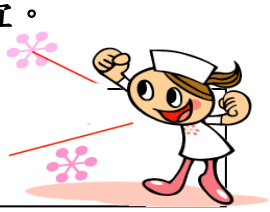
3.觀察有無發燒、寒顫，傷口有滲出液、發紅、傷口裂開，以及傷口切開處疼痛加劇，應回院就醫，並依醫師指示定期回門診追蹤，每半年定期做骨盆腔例行檢查。

4.術後 1-2 週內會有少量淡紅或紅褐色分泌物是正常的，子宮肌瘤切除者，會有正常月經。術後 6 週後，癒合良好，可恢復性生活。

5.出院後二週內避免爬樓梯，並動作減緩，短距離的散步，可以促進血液循環及預防手術部位黏連，是術後很適當的運動，三個月內避免從事下列活動，如騎馬、騎乘機車、腳踏車、劇烈活動、長期維持坐姿，以免骨盆腔充血。

6.每天至少清潔外陰部一次，並觀察有無異常分泌物，避免自行陰道灌洗，破壞陰道內正常酸鹼度，一個月內洗澡以淋浴為佳，避免盆浴。

〈術後〉若想再懷孕分娩者至少等 6 個月後，受孕分娩方式以剖腹產為宜。



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
2017/03 修訂