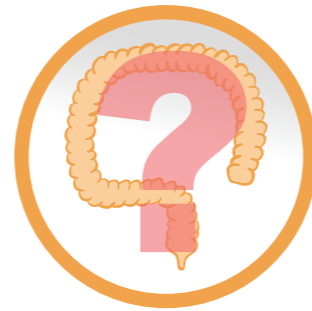




## 1. 什麼是疝氣

就是一般所謂「脫腸」，是因腸子腹部內其他器官穿過腹壁肌肉較脆弱的組織而向外凸出；通常是因為腹壁的完整性受到破壞或是腹壓升高導致，例如舉重物及咳嗽厲害時。



## 2. 有哪些分類?

- 最常見的腹股溝疝氣-由於腸或腹內其他器官突出腹股溝環造成，以男性較常發生。
- 臍疝氣-主要因為腹部內的壓力升高引起，以肥胖者或多胎懷孕婦女常見。
- 第三種是過去作過手術的切口部位，因感染、營養不良而致傷口癒合不良引起。
- 最後是股疝氣-此種較容易造成箝閉性(腸或腹內其他器官組織壞死)疝氣，以女性較常發生。



## 3. 認識疝氣的症狀

- 腹股溝疝氣-會有陰部腫脹感。
- 股疝氣時-會出現腹痛，噁心、嘔吐、發燒、心跳加速以及腸蠕動聲音消失。
- 經常在腹部發現-凸狀物，尤其當腹部用力時會更明顯，但如平躺時會回復至平坦狀。



## 4. 治療方式

- 通常是採外科手術矯治，把脫出的腸放回原處，再將缺口縫合，就是「疝氣縫合術」。
- 是否永遠不會再發生：「不」，手術矯治後，仍然有5-25%的復發機會。
- 年紀大、身體非常虛弱及嬰幼兒，這三種人皆不適合做手術。
- 除手術外，可使用「疝氣帶」矯治，目的是不讓腸突出到疝氣囊中，但此種方式只能緩解症狀，無法治癒。
- 簡易處理方式為立即躺平，並用手掌將凸出物向上推回。此種方式往往仍無法處理疝氣問題，最後仍需手術才能真正矯治。





## 5. 手術後預防疝氣復發的自然照顧方法？

- 手術後要正常作深呼吸，更換姿勢，以促進肺擴張，預防呼吸功能變差。
- 傷口維持乾燥與清潔，若敷料弄濕或沾汙應立即更換傷口敷料。
- 注意有無發炎反應，例如發燒、寒顫，傷口有滲出液、傷口發紅、裂開或疼痛。
- 手術後三星期內要避免提重物，三星期後可以恢復平時活動。
- 要用技巧提重物，並要避免會引起腹壓上升的活動，例如提舉重物及用力咳嗽，若
- 想咳嗽時可用手掌壓住傷口處再咳嗽，以免縫線撐開。
- 維持適當的標準體重。

