



胃部手術後護理指導

1997.12制定

2024.12修訂

一、手術後注意事項

- (一)手術後腸胃道功能尚未恢復，需暫時禁食（包括水），禁食期間可刷牙漱口，以維持口腔清潔。
- (二)為預防手術後合併症，請於麻醉後意識清醒時開始執行深呼吸及咳嗽運動並將痰咳出，以促進肺部擴張；咳嗽時以手或束腹帶固定手術部位，以避免因震動牽扯傷口而引起疼痛。
- (三)手術後身上可能會有各類引流管留置，如鼻胃管、尿管、傷口引流管等，請注意保持引流管通暢，勿壓折、拉扯或扭結，並維持各類引流管在固定的位置，勿任意自行拔除，有鬆脫或滑出情形，請立即通知護理人員。
- (四)手術後請儘早離床活動，第一次請在護理人員或家人協助下，採漸進方式離床活動，以促進腸胃蠕動的恢復，並預防肺部及下肢靜脈栓塞的合併症。
- (五)請保持傷口乾燥及清潔，若有滲濕請通知醫護人員處理。

二、手術後飲食的注意事項

- (一)由醫師依病況適時調整，飲食進程為：少量飲水→米湯→流質→溫和飲食（麵條、碎肉粥）→軟質飲食。
- (二)少量多餐，每次進食量為常人的1/3至1/2，兩餐之間可增加點心，之後酌情增加每餐份量。
- (三)避免暴飲暴食，養成定食定量與細嚼慢嚥的習慣，以無刺激、易消化的食物為主，烹煮應避免油膩、油炸及辛辣。多攝取高蛋白質、高熱量，尤其是富含鐵質及維生素的食物。

三、預防手術後合併症~傾倒症候群

- (一)易發生於接受胃部份或全胃切除手術、幽門成形手術或胃空腸繞道手術的病人；通常發生在用餐後30分鐘內，因食物快速進入空腸，使得血管內的水分大量滲入腸腔，引發的神經反射症狀，如：心悸、暈眩、冒冷汗、腸絞痛、腹瀉、腹脹、噁心等不適情形。
- (二)預防方法：
 - 1.以『少量多餐、乾濕分離』為原則，避免邊吃飯邊喝湯，液體類（水果或果汁）請於兩餐之間食用，且應避免攝取甜食及含糖飲料。
 - 2.進食須細嚼慢嚥，進餐後勿劇烈運動，應休息一小時，可幫助症狀緩解。

四、出院後的自我照顧

- (一)請維持規律生活並保持輕鬆的心情，勿太緊張。
- (二)請勿任意服用阿斯匹靈、非類固醇抗發炎藥物等致潰瘍藥物，服藥必須經由醫師處方指示。
- (三)適度的運動與工作，可促進腸胃蠕動，但避免過度劇烈。
- (四)出院後請依照醫護人員指示定時返診並按時服藥。
- (五) 出院後若有發燒、傷口紅腫疼痛、噁心、嘔吐、腹痛、腹脹厲害解黑便等情形，請儘快返診。

出院後請依照醫師指示按時返診追蹤，若有問題請隨時提出，護理人員非常樂意為您服務，出院後如有任何疑問，可利用馬偕醫院健康諮詢專線—台北/淡水馬偕/兒醫 (02) 25713760、新竹馬偕/兒醫 (03) 5745098、台東馬偕 (089) 310150 轉 311，諮詢時間：週一至週五上午 9:00-12:00，下午 2:00-5:00。

祝您 平安健康