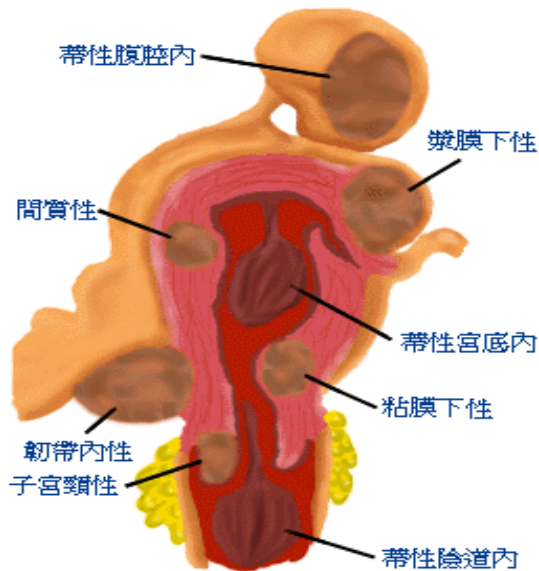


# 子宮肌瘤

國泰綜合醫院 婦產科 護理部編印 著作權人：國泰綜合醫院  
本著作非經著作權人同意，不得轉載、翻印或轉售

## ■ 何謂子宮肌瘤

子宮肌瘤是子宮肌肉細胞的良性腫瘤 20~30%的婦女在一生中會患此疾病，發生率最高的年齡介於 35~45 歲，初經前及停經後很少發生。



圖：子宮肌瘤可能發生之部位

## ■ 症狀

依肌瘤的位置、大小、是否懷孕等狀況而有所不同，常見的症狀包括：

- 不正常的陰道出血或月經量過多導致貧血。
- 經痛、性交疼痛、嚴重腹痛或腰酸。
- 肌瘤壓迫其他器官引起的相關症狀，如：壓迫膀胱及直腸導致頻尿、小便滯留、失禁、便秘、脹氣；壓迫輸卵管致輸卵管水腫。

## ■ 診斷

- 陰道內診：

因為大多數的子宮肌瘤會增大，且子宮表面多半不對稱，故內診是一種很好的診斷方法。

- 超音波：

有腹部或陰道超音波方式，可用以鑑別子宮肌瘤與卵巢瘤。

- 子宮內視鏡及子宮攝影。

## ■ 治療

### ■ 子宮肌瘤切除術：

40 歲以下想保留生育能力者，常考慮此種手術方式。此方式只將子宮壁上的肌瘤切除，仍保有子宮及月經；復發率為 15%。

### ■ 子宮摘除術：

子宮摘除術可分為子宮全摘除及部分摘除；適宜於 40 歲以上且不再生育的婦女。若肌瘤不大，可利用腹腔鏡由陰道摘除子宮，若肌瘤較大、懷疑惡性或嚴重沾粘則需經腹部手術摘除子宮。

## ■ 手術前須知

### ■ 常規檢查

完成 X 光片、心電圖及抽血檢查。

### ■ 填寫手術、麻醉同意書

經醫師解釋手術原因、成功率、可能發生的併發症與危險，同意手術及發生緊急情況時接受必要緊急處置。

## ■ 皮膚準備

為保持手術部位徹底消毒，預防感染發生，會為您剃除手術部分的毛髮，包括乳腺下至大腿上1/3。

## ■ 手術當日須知

- 注射靜脈點滴，以補充禁食時所需的水分、熱量、電解質及給予手術前的抗生素。
- 更換手術衣，脫掉內衣穿上紙褲；若陰道有出血（經血），請使用衛生棉並穿上紙褲。
- 卸除指甲油、口紅，以方便在手術過程中觀察血液循環情形；除去飾品，包括：手飾、項鍊、隱形眼鏡、耳環、髮夾及手錶等，另活動式假牙需取出，以防手術時脫落阻塞呼吸道。
- 至開刀房前先排空膀胱，以利手術進行。
- 休息區等候，經由電腦螢幕可以得知您正在進行手術，或是在恢復室觀察，必要時醫師會向家屬說明手術過程。
- 手術完成後，會先在恢復室觀察2小時，待麻醉清醒後即回病房。

## ■ 手術後注意事項

- 手術後的次日，在床上應多翻身，並儘可能及早下床活動，藉由姿勢改變而促進排氣。
- 全身麻醉後，喉嚨會有疼痛、發癢及痰多的情形，宜多做深呼吸及喝溫開水以利痰液排出。
- 排氣後先喝少量開水，無不適情形後，再以少量多餐方式進食。
- 導尿管留置約一日，移除後需注意解尿的情形。
- 3天內有輕微發燒是正常的術後反應，宜多補充水分。
- 手術後，陰道會有出血和滲出液，量不會超過月經量，約1個月會自行停止。

## ■ 居家生活照顧

- 傷口照護
  - ◆ 每日觀察傷口是否有紅腫、疼痛加劇或不正常的分泌物。若出現上述症狀請至婦產科門診檢查。
  - ◆ 傷口無須擦藥，若不慎弄濕傷口時，可用清潔的毛巾拭乾。手術後7~10天後可淋浴。

◆持續黏貼透氣膠布或除疤產品至少 3~6 個月，可抑制傷口疤痕生長。

### ■活動與運動

◆保持心情愉快，可依個人的體力漸進式增加活動量。

◆手術後 6~8 週，應避免提重物。

◆3 個月內不可從事下列活動：騎馬、騎腳踏車、劇烈的跳舞、久坐及長時間開車，以免骨盆充血。

### ■陰道分泌物及月經回復

◆子宮全摘除者不會再有月經。但摘除後 1~2 週內會有少量紅褐色分泌物，此為正常傷口之血水排出。

◆子宮部分摘除者，術後依個人狀況，每月可能會有少量月經或恢復原本之月經週期。

### ■個人衛生

◆每天至少清洗外陰部一次，並觀察有無分泌物及顏色、量與氣味。

◆手術後 6 週內不可進行陰道灌洗或使用衛生棉條，以防逆行性感染。

- ◆如廁後，應由會陰部往肛門處拭淨，不可來回擦拭。
- ◆手術後 3 個月內宜採淋浴方式。

### ■飲食攝取

- ◆採少量多餐的方式進食。
- ◆多攝取高蛋白食物，如新鮮瘦肉、魚、蛋、奶類，以加速傷口修復。
- ◆多攝取高纖維食物，避免便秘，如蔬菜、水果、燕麥及糙米。
- ◆禁食刺激性食物，如太辣、太腥、大量飲酒、抽煙、濃茶及咖啡。
- ◆每天攝取 2500~3000c.c.的水分。

### ■性生活

- ◆手術 6~8 週後，骨盆內深層組織復原完成，建議性生活開始前，可先與醫師討論，一般而言，性生活並不受影響。
- ◆行房時若感覺乾澀不適，可使用水性潤滑液或加長前戲時間如愛撫、親吻。
- ◆子宮摘除後並不會影響荷爾蒙分泌，更年期也不會提早到來。

◆夫妻雙方應多溝通，互相支持，並分享內心感受及擔憂，必要時與醫護人員共同討論。

■返診追蹤

◆出院後，依醫師指示定期返診追蹤。

◆若有異常現象如發燒、腹部劇痛、悶痛、陰道分泌物有異常臭味及不正常的出血等情形時，應立即返診就醫。

此資料僅供參考，關於病情實際狀況，請與醫師討論

若有任何疑問，請洽

國泰綜合醫院 (02)27082121 婦產科病房轉 5501-2

汐止國泰綜合醫院 (02)26482121 婦產科病房轉 2651-3

新竹國泰綜合醫院 (03)5278999 婦產科病房轉 8101-2

我們將竭誠為您服務！

國泰綜合醫院關心您！

AE100.131.2022.01 八修

2023.05 審閱