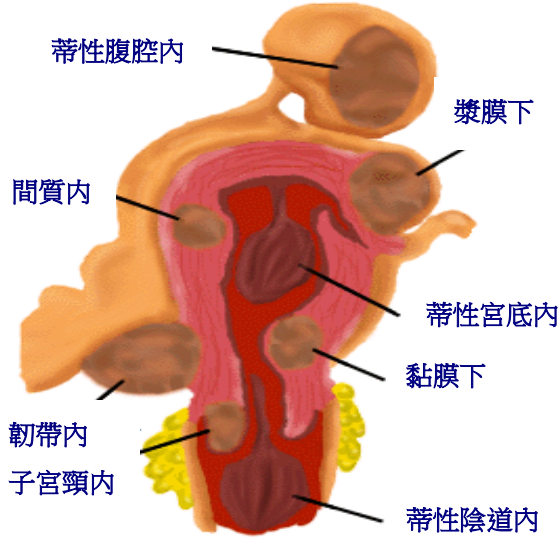
腹腔鏡子宮肌瘤切除術

新竹國泰綜合醫院　婦產科　護理科編印
著作權人：新竹國泰綜合醫院
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。



子宮肌瘤可能發生之部位

手術適應症

- 子宮肌瘤合併有經血過多、貧血、痛經、有壓迫症狀如頻尿、便秘感、脹氣、腰酸背痛等。
- 快速成長之肌瘤。
- 肌瘤發生壞死性變化並造成急性腹痛。
- 子宮肌瘤在 10 公分以內且不超過 3 個子宮肌瘤。
- 不孕症或想要保留生育能力。
- 欲保留子宮者。

以下情形不適用腹腔鏡切除肌瘤

- 懷疑惡性腫瘤之可能者。
- 有重度骨盆腔沾黏的可能或病史。
- 黏膜下子宮肌瘤或突出於子宮腔之肌瘤。
- 肌瘤數目超過 3 個或最大肌瘤大於 10 公分。
- 凝血功能異常者及有血栓病史者。
- 過度肥胖。
- 子宮肌腺瘤。
- 懷孕。
- 其他可能干擾腹腔鏡手術施行之問題，如人工肛門。
- 有心肺功能問題或其他系統性疾病不適合麻醉或腹腔鏡手術者。

住院注意事項

手術前照顧的重點

- 常規生命徵象量測。
- 病史及孕產史之記錄。
- 評估陰道分泌物及有無陰道出血之情況。
- 常規性檢驗及檢查，包括抽血、心電圖及胸部X光檢查。
- 皮膚準備：將手術需消毒範圍內的毛髮剃除，避免造成細菌感染。
- 詳細閱讀並簽名麻醉及手術同意書，以示瞭解及同意手術之風險。
- 禁食：自晚間十二點之後禁食及禁喝開水。(或手術前 8~10 小時開始禁食)

手術後照顧的重點

- 術後減輕疼痛，可藉由下列幾種方式促進身體放鬆以達到止痛的效果：
  - 深呼吸或冥想，放鬆全身肌肉，以減輕焦慮。
  - 音樂或閱讀書報以轉移注意力的方式，放鬆緊張的情緒及身體。
  - 洗溫水澡或擦澡，藉由熱的使用以放鬆全身肌肉獲得適當的休息。

- 移動時可輕壓傷口，避免肌肉拉扯而造成疼痛不適。
- 必要時依醫囑給予止痛劑以利睡眠減輕疼痛。
- 可利用少量麻醉藥物，達到術後止痛的目的。

◆下床活動宜採漸進式且需有人陪伴，可先於床上坐起，若無頭暈或無力等不適時，再於床邊練習站立，之後再開始緩慢步行。

◆術後前二天分泌物較多，呈淡紅至暗紅色，無血塊，之後漸漸減少，若有血塊、鮮紅樣且血量多、約半～一小時即需更換棉墊，則為危險且異常之徵兆，應立即通知醫護人員。

◆傷口照顧：

- 術後初期：腹腔鏡手術病人於出院當天換藥即可！
- 出院前：出院當天換藥，若傷口已經乾燥沒有滲液，會以單層紗布覆蓋於傷口上面，注意保持紗布乾燥、清潔。
- 返家後：回家後可至藥房購買美容膠布或普通紙膠。一般是在洗澡後，將弄濕的紙膠取下並擦乾傷口，再貼上一層新的紙膠。傷口不需塗任何藥物，只要保持乾燥即可。

◆飲食指導：

●術後約 6~8 小時即可先喝些溫開水，假若沒有嘔吐、噁心不適等情形，則可開始進食流質、清淡飲食，如稀飯。少量多餐，逐漸恢復正常飲食。排氣後初期，不要進食易脹氣或不易消化的食物，如牛奶、含脂肪量高的食物等。

◆性生活：

●大部分婦科手術都不會影響到性生活，於術後 2~3 個月後可恢復性生活，如陰道分泌量減少而顯乾燥時，術後可到藥房或便利商店購買水性潤滑劑來改善。

■ 出院後應注意事項

■洗澡時使用淋浴或沖浴，等到傷口癒合乾燥且陰道沒有出血時才可採坐浴。

■出院後陰道可能還有少量紅色液體流出或點狀出血現象，此時可使用衛生棉，且應經常更換以保持會陰部乾淨。

■大小便後用衛生紙擦拭時應由陰道前向後（肛門順向）擦拭以免感染。

- 避免長時間的站立或兩腳交叉坐，避免腿部及骨盆腔之劇烈活動，如跑步、騎腳踏車、提重物、做粗重工作或跳舞等，短暫散步是最好的運動。
- 有任何不適如陰道出血、噁心、嘔吐、腹痛、發燒或傷口癒合不好等狀況，應立即返院檢查。
- 如無不適，請出院後一週回門診檢查傷口，確定癒合情形及有無感染。

手術後病人常見的問題

Q：手術時間要多久？要住院多久才可出院？

A：手術時間視肌瘤的大小、位置和數量而定，一般而言約在 1~3 小時之內。住院時間一般在術後 3~4 天即可出院回家。

Q：手術後要注意那些事情？

A：術後要注意的重點，主要有出血、感染及合併症的發生。因此要留意有無腹痛、引流管的血量及顏色、頭暈、發燒、心悸情形，而家屬也要留意病人是否有嘴唇發白、盜汗、意識不清或休克等情形。

Q：手術後是不是也要等到排氣才能進食？

A：腹腔鏡手術的優點除了較少的疼痛之外，對腸胃道的影響也較少，因此術後並不需要等到排氣才能進食，術後約 6~8 小時即可喝少量的開水或不加酒的魚湯，如果沒有脹氣、噁心或嘔吐，則可以進食少量流質食物。

Q：手術會不會影響工作能力？多久可以開始工作？

A：術後兩週便可做輕微的家事或工作，隨著時間可逐漸增加工作量，2~3 個月不宜提重物、作劇烈運動或做粗重的工作。

Q：術後飲食要注意那些事情？

A：一般而言飲食上並無特別的禁忌，但應多喝水、少吃刺激食物或飲料、多吃蛋白質食物如魚、蛋及肉類，以及有纖維質的蔬菜，以避免便秘，但是會脹氣的食物，於術後一週內應避免。

Q：術後是否還有月經，是否需避孕？

A：術後前 1~2 個月的月經可能會不規則或有不正常出血，之後就會正常了。前三個月要避孕。但如果有大量出血，則隨時回診。

Q：術後會腰痠，正常嗎？

A：由於腹腔鏡手術會以二氧化碳填充腹腔，以利於手術的進行，而二氧化碳會刺激腹腔神經而產生腰痠及肩膀酸痛的情形，若無過敏可使用酸痛貼布減少不適情形，另外子宮縫合也會導致腰痠。

Q：術後會不會突然老化？需不需補充賀爾蒙？

A：如果已瀕停經或兩側卵巢已被切除，則有可能出現更年期變化；如熱潮紅、心悸、失眠或陰道變較乾燥等，但不會突然老化。有症狀的患者可以考慮補充賀爾蒙，在門診醫師會視需要給藥。

Q：手術後多久可恢復性生活？

A：2~3 個月後可恢復性生活。

Q：術後如果懷孕了，要注意那些事情？生產的方式一定要剖腹產嗎？

A：任何形式的肌瘤切除手術在術後懷孕了，最重要的事情就是要注意有無腹痛的情形，因為子宮的傷口仍有裂開的可能。子宮的傷口裂開主要的症狀為持續性的腹痛，合併內出血，但發生的機率很低。由於診斷不易且易發生胎兒死亡，因此如有症狀，應儘早就醫。生產的方式以剖腹產為宜。

Q：手術費用約多少？

A：手術本身的費用由健保給付。住院部份，視病床等第不同，單人床差額需自費，手術之耗材，如肌瘤切除器的刀片、防沾黏藥物等，由於健保並不給付，必須自費。

Q：懷孕期間適合手術嗎？

A：懷孕期間由於子宮變大及血流灌注大量增加，使得手術困難度增加且易大出血，因此懷孕期間並不建議手術。

Q：手術後是不是容易造成沾黏？如何預防？

A：手術後是不是容易造成沾黏，和個人體質有關。因此如果擔心沾黏的問題，可以自費使用防沾黏藥品，以減少沾黏可能性。

Q：手術的合併症及後遺症？

A：合併症主要有出血量較多、腸道及泌尿道受損、血腫等。後遺症主要為沾黏，但很少造成腸阻塞症狀。如有懷孕，則應注意傷口裂開的可能。

Q：如果剛好月經來潮，可以手術嗎？

A：安排手術期間會避開生理期，如原預約排程巧遇生理期來潮，請與醫生討論，可否進行手術治療。

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！

CE100.302.2023.06 四修