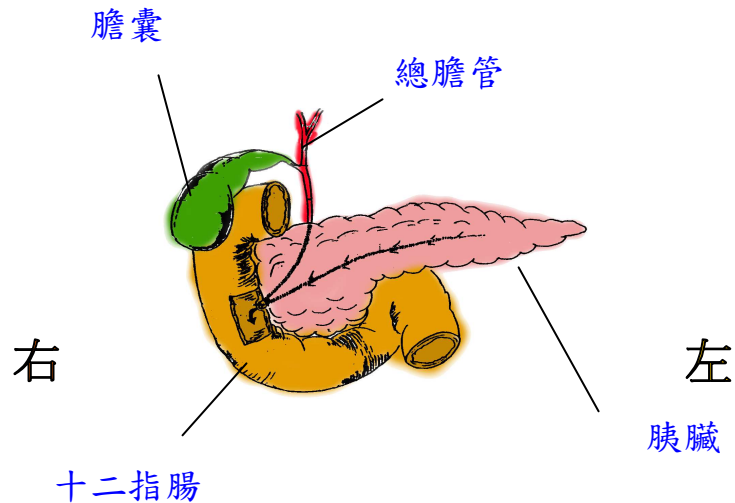


膽囊及膽道手術注意事項

國泰綜合醫院 外科部 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

■ 膽道位置及功能



膽囊位於肝臟的右邊底部，主要的功能是濃縮、儲存由肝細胞所製造的膽汁。當吃了含脂肪的食物時，會刺激膽囊收縮，將膽汁排到腸道中，幫助消化。體質及高脂肪、高熱量食物習慣均為形成膽結石的主要因子。結石在膽囊內為膽囊結石，結石掉入總膽管則為總膽管結石。

■ 病因

- 膽固醇過度飽和，膽鹽減少。
- 膽囊收縮力降低，造成膽汁鬱積。
- 膽道系統發生感染而影響膽汁的成分。

■ 症狀

- 上腹部或右上腹部痛：俗稱膽絞痛，有時反射至背部、胸部及右季肋部。
- 發燒。
- 黃疸：鞏膜、皮膚及黏膜發黃。
- 食慾不振、嘔吐。
- 右上腹部或上腹部壓痛、腫塊。

■ 手術後注意事項

- 為預防肺部合併症，宜多做深呼吸、咳嗽、翻身活動。
- 暫時不能吃任何東西，直到有醫護人員告訴您可進食(一般在排氣後或手術後第一天)。若無噁心、嘔吐、腹脹，可先喝水，排氣後漸由軟質、易消化的清淡食物，再到一般平日食物。但開始進食請採低脂肪、低膽固醇飲食。
- 剛開始進食後，可能會有輕微腹瀉情形，這是正常現象，一至二週後應會消失。

- 依病情需要，少數病人會有腹腔引流管或在總膽管處插入T型引流管，固定於腹部皮膚，活動時勿拉扯、反摺，以保持引流管通暢。
- 引流管通常幾天內拔除，若有放置T型管，手術後約一週，會做T型管的X光攝影，以確定總膽管是否還有殘留結石，通常隔天醫護人員會將引流管夾住後出院，門診時，再由醫師決定何時拔除。
- 拆線前要保持傷口乾燥、清潔，若傷口有紅、腫、熱、痛，或發燒、腹脹、黃疸、嘔吐、灰白便等症狀，應立即就醫。

■術後飲食原則

膽囊切除後，初期的一、二個月須限制脂肪的攝取，採低油、低膽固醇飲食，之後因身體會產生調適作用，使膽汁直接由肝臟送入十二指腸，以供脂肪消化之需，故可恢復正常飲食。

■食物的選擇方面：

- ◆食物的選擇要均衡，以充分攝取到各類營養素。
- ◆肉類應選擇瘦肉(依次可選用：雞肉、魚肉、鴨肉、牛肉、羊肉、豬肉)，附著之油脂及皮應全部切除。
- ◆堅果類，如瓜子、花生、腰果、核桃、松子、杏仁等，因含高量脂肪，應少攝取。

- ◆易造成腸胃不適的產氣食物(如：大豆)、味道較刺激的蔬菜(如：洋蔥)等，宜少食用。
- ◆少吃含膽固醇量高的食物，例：內臟類(腦、肝、腰子等)、蟹黃、魚卵、蝦卵等，蛋黃一個禮拜以不超過3個為原則。
- ◆多攝取新鮮蔬果。
- 烹調方面：
 - ◆多利用蒸、煮、涼拌等各種低油的烹調方法。
 - ◆少用油煎、油炸方式烹調食物，以選用少量植物油為宜。
 - ◆肉類紅燒、燉湯時，可於冷藏後將上層油脂去除，再加熱使用。
 - ◆用餐時應避免麻油、沙拉醬、辣椒醬、沙茶醬等調味用品。
- 維持標準體重。

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 轉 5251-5253

新竹國泰綜合醫院 (03)5278999 轉 8101-8103

汐止國泰綜合醫院 (02)26482121 轉 2951-2953

我們將竭誠為您服務

國泰綜合醫院關心您！