



子宮肌瘤手術護理指導

子宮肌瘤是一種最常發生在女性骨盆腔、良性、分化良好、生長慢，且由平滑肌細胞聚集的實心腫瘤。當肌瘤大小超過懷孕12週時的大小、肌瘤壓迫輸卵管導致不孕、肌瘤造成月經量多導致貧血或經痛嚴重等情況出現，便需要做子宮肌瘤手術。

一、子宮肌瘤手術前準備

- (一) 醫師會在門診開立胸部X光及心電圖檢查（年齡40歲以上需要），請在入住病房前完成檢查。
- (二) 填寫「手術說明同意書」及「麻醉說明同意書」。
- (三) 完成麻醉諮詢門診，由麻醉科醫師評估合適的麻醉及術後止痛。
- (四) 完成病房報到，護理師會詢問病史等基本資料及抽血檢查；醫師會幫您做腹部超音波檢查。
- (五) 依手術方式完成皮膚準備
 - 1.傳統手術：經腹部執行手術，需剔除恥骨聯合上方毛髮。
 - 2.腹腔鏡手術：手術傷口鄰近肚臍，需清潔肚臍。
- (六) 午夜12點後開始禁食（包含水、食物）。
- (七) 手術前晚請放鬆心情好好休息。

二、子宮肌瘤手術當日準備

- (一) 手術當天早晨護理師會幫您灌腸。
- (二) 進入手術室前護理師會提醒您更換手術衣、排空膀胱，並脫除身上所有飾品、內衣、內褲、活動假牙和眼鏡（包含隱形眼鏡）。
- (三) 若只進行肌瘤切除者，護理師會於進手術室前在肛門處塞入二顆子宮收縮藥物，預防手術後出血。
- (四) 接上點滴後由勤務員推床進手術室。

三、子宮肌瘤手術後注意事項

- (一) 手術後返室：身上放置導尿管需留置到手術第二天，持續禁食中，維持靜脈點滴輸液，請臥床休息，維持舒適臥位，可依需求施打止痛藥物。

三軍總醫院 護理部 編印
婦產部

諮詢電話：(02)24633330



- (二) 手術後第一日：醫師查房會告知您何時可以進食水分與食物，評估是否拔除導尿管，尿管拔除後4~6小時內要自解小便，若發生解尿困難，請告知護理師。可漸進式增加活動量，手術後第一次下床需有人陪伴，可以更換自己的衣服，陰道會有少量出血，需勤換衛生護墊，保持會陰部清潔。
- (三) 手術後第二日：若沒有發燒，進食情況良好，醫師會評估拔除點滴，止痛藥物改口服，醫師會評估您手術後恢復情形決定何時出院。
- (四) 出院當日
- 1.傷口護理：出院當日醫師會為您換藥並評估傷口，返家後傷口保持清潔乾燥，勿碰水。下次門診回診，醫師會再評估傷口狀況。
 - 2.返家飲食：採溫和、均衡飲食，避免容易產氣食物，如蛋、豆與奶類食品。
 - 3.活動建議：除適當休息，避免粗重工作，3個月內避免提5公斤以上重物，建議手術1個月後，再恢復性生活。
 - 4.出院帶藥：醫師會依您的狀況開立藥物使用，請依照醫師指示服藥。
 - 5.門診追蹤：醫師會與您約回診追蹤檢查時間，我們會幫您預約掛號。
 - 6.緊急就醫情況：若有持續38.5°C以上發燒、傷口發紅、出血或滲出液等現象、嚴重下腹疼痛、或陰道大量出血。

參考資料

李惠玲、潘婉琳 (2019). 良性腫瘤疾病·於周慧琍總校閱·實用婦科護理(六版二刷, 199-205頁)·華杏。

Parker, W. H. (2021). Uterine fibroids (leiomyomas): Laparoscopic myomectomy and other laparoscopic treatments. *UpToDate*. Retrieved December 29, 2021, from https://www.uptodate-com.autorpa.ndmctsg.edu.tw/contents/uterine-fibroids-leiomyomas-laparoscopic-myomectomy-and-other-laparoscopic-treatments?search=myomectomy&source=search_result&selectedTitle=1~77&usage_type=default&display_rank=1

三軍總醫院 護理部 編印
婦產部

諮詢電話：(02)24633330



護理指導評值

◎是非題

1. () 手術前須完成手術說明同意書及麻醉說明同意書填寫。
2. () 術後第 2 天可漸進式增加活動量，手術後第一次下床需有人陪伴。

◎選擇題

3. () 導尿管移除後須多久自解小便？
(1)8 小時；(2)4~6 小時；(3)10 小時。
4. () 下列何者錯誤？
(1)手術後陰道會有少量出血為正常現象；(2)傷口疼痛可以適當使用止痛藥不會影響傷口癒合；(3)手術完可以立刻吃東西；(4)手術後 3 個月內避免提 5 公斤以上重物。
5. () 正確的出院返家照護注意事項？
(1)採溫和、均衡飲食，避免容易產氣食物，如蛋、豆食品；(2)若持續 38.5°C 以上發燒、傷口發紅、出血或滲出液、嚴重下腹疼痛、或陰道大量出血，需緊急就醫；(3) 3 個月內避免提 5 公斤以上重物；(4)以上皆正確。
6. () 正確的手術前準備包括？
(1)要完成胸部 X 光及心電圖檢查；(2)完成手術說明同意書及麻醉說明同意書；(3)護理師會詢問病史等基本資料及抽血檢查；(4)以上皆正確。

(答對 5-6 題⇒完全了解；答對 3-4 題⇒部分了解；答對 1-2 題⇒完全不瞭解)

1.(O) 2.(O) 3.(2) 4.(3) 5.(4) 6.(4)

三軍總醫院 護理部 編印
婦產部

諮詢電話：(02)24633330