

腹股溝疝氣

腹股溝疝氣多由於肌肉筋膜薄弱或先天腹壁缺損所造成。疝氣的治療以手術為主，腹股溝疝氣採局部或半身麻醉，考量年紀大患者，故採住院手術，術後良好無特殊情形，隔日即可出院。

一、手術前的準備：

1. 排除增加腹壓的原因

- (1) 慢性咳嗽
- (2) 治療心臟衰竭、肝硬化引起的腹水
- (3) 治療攝護腺肥大引起之排便困難

2. 平日多吃蔬菜、水果，保持大便通暢、避免便秘。

3. 疝氣鼓出時，應儘快平躺休息，讓其自動縮回，如有鼓出不能恢復情形，請家屬儘快送醫求診。

二、手術後注意事項：

1. 正常手術後，隔日可下床活動，一週後可上班工作，一個月可恢復正常活動，粗重工作或劇烈運動最好等三個月後再計劃。

2. 應避免會使腹壓增加之動作，如：用力解便、仰臥起坐、爬樓梯、騎乘腳踏車或摩托車，在嘔吐或咳嗽發生時，要支托患處。

3. 傷口縫合，多採用合成吸收縫線，不必拆除。手術後如無傷口發炎現象，約3~7天可淋浴，傷口有貼美容膠者，可讓其自然脫落。

4. 若採用不可吸收縫線如尼龍線，依醫囑約術後7天，至一般外科門診複診拆線。

5. 術後傷口處會感緊繃疼痛感，此乃正常現象，醫師會開止痛藥給您，以減輕疼痛。

6. 養成規律生活，飲食無絕對禁忌，但應多喝水，多吃蔬菜水果，避免因便秘致腹壓增加，使疝氣再度復發。

