中心診所醫療財團法人中心綜合醫院
106 台北市大安區忠孝東路 4 段 77 號
(02)2751-0221 http://www.clinic.org.tw

疝氣手術後衛教指導

一、手術後傷口的照護：

(一)傷口不需要換藥，不需要打開紗布。

(二)請保持傷口乾燥，傷口不要碰到水，不可淋浴，可用擦澡方式清潔身體，待回診拆線後，醫師會告知可沐浴時間。

(三)傷口周圍皮膚上的優碘，可以用溫毛巾擦掉，特別是女性會陰部或男性的陰囊。

(四)如傷口不慎打溼，請更換外面紗布，並將傷口上的美容膠用紗布輕輕沾乾，不需撕下，以酒精優碘消毒傷口，待酒精優碘乾燥後，再蓋上無菌紗布即可。

二、咳嗽或打噴嚏時可用手壓住傷口部位以減輕壓力及降低疼痛。

三、手術後當天即可開始做專案護理師教導之伸展復健運動，並持續做一個月。

四、手術後一個月內不可以提重物及做劇烈運動（如：打籃球、跑步）。

五、因用力解便會使腹壓增加，易造成傷口疼痛，所以儘量多吃蔬菜、水果等高纖食物，以防止便秘。

六、手術後，1~3 天傷口周圍（男性的陰莖陰囊、女性的會陰部）可能出現瘀血的現象，不必擔心，此現象是因為手術中的輕微血液會逐漸浮現在表皮上，這瘀青現象會逐漸吸收消除，1~2 週回復正常。

七、手術後 1~2 週，記得多喝水上廁所，手術後會出現頻尿現象，這個現象會逐漸恢復正常，所以不用擔心。

八、返家後傷口如有紅、腫、熱、痛情形或任何疑問請與醫師聯絡。