

麻醉前為何要禁食？

「李醫師你的病人3個小時前吃過一份餐點，空腹時間不夠，手術必須延到下午三點以後」，李伯伯聽完麻醉醫師與外科醫師的對話，心中懊惱不已，後悔剛才受不了飢餓，偷偷吃了一塊蛋糕，如今得忍受更久的空腹時間，才可以接受麻醉與手術。目前一般民眾對術前空腹的觀念呈現兩極化，其一、過度服從：告知午夜12點後再開始禁食，有些人傍晚用完晚餐，就不再吃東西喝水，如果主治醫師正好將手術安排在中午或下午，空腹時間可能會超過16小時，真是難熬，老年人與兒童也可能因此造成脫水或低血糖。其二、大而化之：「吃一口蛋糕有什麼關係嘛！」這句話常在麻醉科延後手術時聽到。為何手術前要禁食？該如何禁食？哪些東西該吃，哪些東西不該吃？這些問題最常困擾接受手術的病患，接下來將食物的種類做個區分，分別敘述。

首先，為何手術前必須空腹？除緊急手術外，接受常規手術均會被要求午夜以後禁食，它的道理在患者接受全身麻醉時，必須在氣管內放置氣管內管，以利患者呼吸及接受麻醉氣體，放置的過程中，患者處在一個沒有意識的情況下，如果胃內充滿食物，容易嘔吐嗆入氣管，造成所謂的「吸入性肺炎」，這是一個致命的狀況，必須加護病房照護，才能脫險，且死亡率極高，也因為早年這樣的醫療悲劇層出不窮，所以才有現在嚴謹的午夜禁食，目的是讓患者在安全無虞的情況下接受麻醉與外科手術，雖然過程會令患者感到有些不適。而半身麻醉過程中，有可能因為醫療上的需要，在術中改全身麻醉，所以，除局部麻醉外，其餘均須空腹進開刀房。然而，午夜12點禁食是否適用全體患者？再者，難道術前喝一口水潤潤喉，也會有致命的危險嗎？吃一口蛋糕和喝一口水到底差別在哪裡？如果手術時間在隔日下午，需要午夜禁食嗎？

回答：醫療水準進步的今日，我們不僅在乎您的身體健康，更在乎您的感受，深切盼望每位患者能在非常安全的情況下進行麻醉與手術，術前禁食是我們需要您配合的項目之一，當然，飢餓的感覺是相當難熬的，在此，我們給各位一個建議，在術前一日，您不妨在主治醫師查房時，詢問施行手術的大約時段，如果是安排在中午以後，您可以和主治醫師討論，是否可以在當日用完早餐後再禁食，按麻醉安全原則，正餐後只要禁食8小時以上，即視同已經空腹，是可以接受麻醉的，如此，您不必因為午夜即開始禁食，忍受長時間的飢餓，而且，按上述的飲食原則，在術前2小時以上，您還可以喝少量的清流質飲料，降低饑餓及口渴之苦，所以真正完全禁食大約只有2小時左右，而術前2小時喝一兩口白開水潤潤喉，是可以被麻醉科接受的；或者，在午夜就寢前再吃一頓正餐，本院每日第一臺常規手術大約是八點，所以您只要往前推8小時吃正餐，手術不會因此而延後。如果您對上述原則不甚了解，無法拿捏什麼可吃，什麼不可吃，沒關係，在您或您的家人手術前一日，會麻煩您到麻醉科進行麻醉諮詢，舉凡有關麻醉的細節，您都可以問個清楚，而麻醉科同仁也本視病猶親的服務熱誠，向您說個明白。

有鑑於此，美國麻醉醫學會提出一套術前空腹禁食原則，依食物的種類區分所需的空腹時間，我將它整理如下：

1. 正餐或富含油脂的食物：例如一個御便當或香雞排，這些東西會在胃內停留較長的時間，食用後至少要8個小時才能排入十二指腸，所以空腹時間至少8個小時。
2. 簡單的餐點：例如不塗奶油的麵包，它的油脂含量較少，胃排空時間較正餐快，所以空腹時間至少6小時。
3. 乳品：乳製品與胃酸作用後，會產生結塊的固體，效果等同於簡單的餐點，空腹時間至少6小時。
4. 母乳：母乳停留在胃內的時間較牛奶短，空腹時間至少4小時，所以尚在哺乳期的嬰幼兒，以食用乳品的種類，空腹時間只要4-6小時以上即可，也減少嬰幼兒因飢餓而哭鬧不休。
5. 清流質：泛指不含雜質或添加物的飲料，例如：白開水、清茶、不含果粒的果汁、黑咖啡（不加奶精），這些不含固體的單純飲料，在胃內停留的時間較短，空腹時間大於2小時即

可，若飲料添加內容物，按添加的內容物來決定空腹時間，例如：咖啡牛奶比照牛奶的空腹時間，珍珠奶茶則比照簡單的餐點的空腹時間（粉圓是低脂固體）。 6. 藥物：患有高血壓、糖尿病等慢性病患者，每日常規用藥不受空腹時間限制，繼續按時服用（請以白開水配服）。 我們必須強調，以上原則並不適用胃食道逆流、吞嚥失調、腸蠕動異常、或預計施行腸道手術的患者，上列患者以傳統午夜禁食較為保險。

健康文章內文主要提供民眾降低對疾病因不了解產生之不安和恐懼，但不可取代實際的醫療行為，所以身體如有不適請您前往醫院就醫治療。