

# 腹腔鏡膽囊切除手術病人須知

## 手術前一天

1. 抽血、照X光、40歲以上者另須作心電圖。
2. 晚上洗澡，特別注意肚臍之清潔。
3. 低油飲食。
4. 午夜十二點後不可再吃東西，也不可以喝水。

## 手術當天

1. 手術後需禁食8小時。
2. 手術後腹部會有四處小傷口(小於一公分)，傷口有疼痛不適，請告訴護理人員為您止痛。（止痛劑的使用並不會影響傷口復原）
3. 請多做深呼吸以促進肺部擴張，起床或咳嗽時可壓住傷口，避免震動引起傷口疼痛。
4. 有些病人會因傷口不適會有暫時性的解尿困難，我們會為您導尿協助您排尿。
5. 全身麻醉後可能在起床時有頭暈，請採漸進式下床，並在下床時告知護理人員協助。

## 手術隔天

1. 醫師會查看傷口情況並換藥。
2. 傷口可能還會有一些輕微緊繃、刺痛感。
3. 有些人會因手術時橫膈刺激，有一些右肩及腰背酸痛，這種感覺在幾天後會消失請勿擔心，可以做一些適度伸展肢體活動。
4. 飲食：低油飲食，避免刺激性食物如酒、菸、辣椒等。

## 低油飲食原則

1. 選用瘦肉、去皮雞肉、魚肉（不含魚腹肉），奶類可選擇脫脂奶。
2. 烹調時應多利用清蒸、水煮、清燉、烤、滷、涼拌等各種不必加油的烹調方法。
3. 禁用油炸方式烹調食物及烤雞或烤肉及紅燒肉的濃湯。
4. 少食易產氣的食品，如洋蔥、蒜頭、韭菜、辣椒、高麗菜、花椰菜、青椒、地瓜等。
6. 如在外用餐，應儘量選擇清燉、涼拌的食品。

## 出院傷口照護

1. 出院後傷口如有大量出血或膿狀分泌物、發燒，請返院看診。
2. 需洗澡前可用防水敷料將傷口貼住，避免傷口潮濕，沾水。