

經達文西手術治療婦科疾病

■ 簡介

達文西手術讓醫師採取符合人體工學的舒適坐姿進行手術，可透過3D-HD及影像放大十倍的高解析度視野，以及仿真手腕手術器械，進入人手不能觸及的狹小空間進行精細手術動作，執行精準切除、修補和縫合，較能保留重要的神經、血管、和組織。

■ 達文西手術優點

- 住院時間短，復原快
- 減少傷口疼痛感及感染風險
- 出血少、輸血機會小
- 傷口小，達到真正微創無痕手術
- 可執行過去困難達成的內視鏡手術

■ 婦科手術方面的適應症

- 良性婦科疾病
 - 子宮肌瘤、子宮肌腺瘤
 - 卵巢良性腫瘤
 - 陰道脫垂、子宮脫垂
 - 骨盆腔沾黏
- 惡性婦科疾病
 - 子宮內膜癌分期手術
 - 子宮頸癌根治性手術
 - 卵巢癌分期手術

■ 手術前用物準備

- 一般、夜用衛生棉各一包(術前仍有陰道出血或遇月經期請準備免洗內褲)
- 70公分X 40公分以上的看護墊至少2-4片(術後返病室墊於臀部下)
- 必要時依身高體重準備寬版的束腹帶(魔鬼粘，背後不能有鐵架)
- 肌膚較敏感者，可自備1吋寬的3M嬰兒紙膠(固定尿管、傷口換藥使用)

本單僅供參考，實際治療以醫師診治為主



以病家為尊、以同仁為重、以北醫為榮

■ 手術後注意事項

- 腹部會有3~5個約2公分左右的小傷口。麻醉恢復返病室後，可以採半坐臥式，使腹部放鬆，減輕傷口疼痛。
- 術中採頭低腳高姿勢，腹腔會施打二氧化碳氣體保護內臟，術後可能會有腹脹、腰痠、背痛、肩痛或肋骨下不適等反射痛，返病室後可以手護住腹部傷口避免轉換姿勢造成拉扯，於床上執行每小時翻身一次或改變姿勢以減輕不適。也可交替進行單腳彎曲、伸直、放下及腳踝等運動以防止血栓靜脈炎。
- 術後8小時早期下床活動能促進術後胃腸蠕動，使腸氣加速排空時間，防止胃腸膨脹，縮短排氣和排便所需時間。
- 術後需暫時禁食(包含水)，返病室後醫護人員會依醫囑及個別情況，告知喝水及進食時間。
- 若可進食，先試飲30-60mL的溫開水約15-20分鐘，無腹脹、嘔吐之現象，即可採少量多餐之方式進食如不含地瓜、玉米的白稀飯、麵線等軟性食物；之後，漸進式恢復一般飲食。
- 住院約3-5天，醫師同意即可出院，並於術後7-10天門診返診。

■ 出院護理指導

- 傷口護理：
 - 術後至第一次回診前，保持傷口乾燥，切勿弄濕，避免傷口感染。返家後，每日觀察傷口前先洗手，看完傷口後可先用生理食鹽水清潔覆蓋美容膠或縫線的傷口，再用水溶性優碘(開封一個月內)消毒至少等其乾燥後(約2分鐘)再用生理食鹽水去除優碘以防色素沉澱，最後於傷口上覆蓋新紗布，若有不慎弄濕傷口，即須再次更換。
 - 術後7至10天返診後，經醫師允許，即可開始淋浴。傷口完全癒合及陰道沒有出血，才可坐浴。
 - 必要時每星期可更換傷口上的美容膠，不需再擦外用藥，持續黏貼3~6個月，可預防疤痕生長。



- 觀察傷口，如有紅、腫、熱、痛，或不正常的分泌物，則須返院檢查。
- 注意臍部清潔，以免影響肚臍傷口癒合。

本單僅供參考，實際治療以醫師診治為主



以病家為尊、以同仁為重、以北醫為榮

■ 出院護理指導-2

■ 飲食攝取

- 維持均衡飲食，採少量多餐，每天攝取約1500~2500mL的水份。
- 一個月內避免食用刺激性食物；如太辣，太鹹、菸、酒、濃茶及咖啡。
- 尚未排氣排便前避免食用產氣的食物；如豆類、奶類、洋蔥、地瓜等，以減少腹脹的機會。
- 多攝取高蛋白食物，以促進傷口復原；如肉、魚、蛋、奶類。
- 可採正常飲食後，多攝取高纖維食物，避免便秘；如蔬菜水果、燕麥、糙米等。
- 雙側卵巢切除者，易有骨質疏鬆症的發生，飲食中應多增加鈣質攝取，如：小魚乾、牛奶、鈣片等。

■ 術後活動

- 保持心情愉快，正常規律的生活，有助於手術後復原。
- 一個月內避免腿部及骨盆激烈活動，如騎馬、騎腳踏車、劇烈跳舞、久坐及長時間開車，以免骨盆充血不適。(子宮切除者活動限制為二個月內；癌症分期手術者活動限制則依醫師指示)
- 術後一個月內避免提5公斤以上重物、抱小孩，若提物品可使用束腹帶支托，以避免震動所引起的疼痛。
- 短距離的散步，可促使血液循環及消化吸收，是術後適合的運動。
- 依個人體力，漸進式增加活動量。
- 子宮肌瘤切除者，單側卵巢切除或內膜異位切除者，會有正常月經。
- 術後二星期至一個月陰道可能會有手術後的少量出血。若1-2小時陰道出血即佔滿28公分的衛生棉，則為出血量過多須返院檢查。
- 術後一般月經恢復時間為1-2個月。子宮切除者，不會再有月經和懷孕。

■ 藥物

- 若服用補血藥物，會有解黑便的情形。
- 單純的子宮切除，不會影響荷爾蒙的分泌，若包括兩側卵巢切除，會影響荷爾蒙的分泌，可與醫師討論有關之荷爾蒙治療。



■ 出院護理指導⁻³

■ 性生活

- 配偶多給予心理上的支持，雙方可說出內心的感受及擔憂，並與醫護人員討論。
- 單純的卵巢、輸卵管或粘黏之切除，大約可在術後一個月恢復性生活或性器具使用；如果接受子宮切除者，則約需兩個月。(癌症分期手術者則須詢問醫師)
- 雙側卵巢切除者，性交時陰道潤滑液會減少，性前戲時間可增長，如愛撫、親吻或使用醫師許可的水性潤滑軟膏。
- 手術後2~4個月內，應避免懷孕（或月經再來3次後再考慮懷孕）。
- 無論何者，均須經醫師檢查傷口無礙後，才能恢復性生活。

■ 個人衛生

- 每天至少清洗外陰部一次，並觀察有無分泌物及其顏色、量、氣味。
- 術後一個月內，不可陰道灌洗或衛生棉塞，以防逆行性感染。
- 如廁後，由前往後擦拭。
- 如有陰道出血，可使用衛生棉或護墊，勿使用衛生紙，以便觀察出血量。

■ 緊急返診提醒:

- 發燒(耳溫或腋溫測量 $\geq 38^{\circ}\text{C}$)
- 下腹部不明原因劇烈疼痛。
- 陰道有黃色、綠色、惡臭等異常分泌物或出血量過多的不正常出血。
- 傷口紅、腫、熱、痛及分泌物。
- 解尿困難、頻尿或有燒灼感。

參考資料:

DeStefano, C. C., Gajarawala, S. P., Espinal, M., Heckman, M. G., Vargas, E. R., & Robertson, M. A. (2019). Discharge Readiness after Robotic and Laparoscopic Hysterectomy. *Journal of minimally invasive gynecology*, 26(5), 910-918.

- 諮詢電話：02-27372181 分機8513
- 制訂單位/日期：5A病房/109.07.27
- PFS-8100-236

本單僅供參考，實際治療以醫師診治為主



以病家為尊、以同仁為重、以北醫為榮