屏基醫療財團法人屏東基督教醫院
腹腔鏡膽囊摘除術後照護

編　　號	ND 外-029
製訂日期	2004.10
六修日期	2026.04

一、 住院期間的術後照護須知

(一)術後禁食與進食時間

1. 術後需完全禁食（包括水），直到醫師允許。
2. 排氣後可依醫師指示採漸進式開始進食，採低渣飲食，若無不適情形可嚐試：

   第一階段：開水、運動飲料、蜜茶、無渣果汁。

   第二階段：少量多餐、清淡、易消化、軟質飲食。

   避免：地瓜、豆漿、牛奶等容易脹氣的食物。

(二)預防肺部併發症

1. 每 **2 小時** 做一次深呼吸、翻身、拍背。
2. 幫助排痰，避免肺炎與肺部擴張不全。

(三)預防下肢血栓

1. 術後當天建議**儘早下床活動**，首次下床家屬陪伴採漸進式活動，避免頭暈跌倒，臥床期間家屬協助翻身或床上活動需家屬陪同。
2. 避免久臥不動，促進腸胃蠕動幫助排氣。
3. 通常 **3~6 天後可恢復日常活動**。

(四)傷口疼痛管理

1. 按時服用醫師開立的止痛藥。
2. 若疼痛難耐，請通知護理人員協助處理。
3. 咳嗽 、翻身時可**用手輕壓傷口**減輕不適，或使用**束腹帶**輔助。

(五)肩膀痠痛與腹脹

1. 術中灌入二氧化碳氣體，術後會有腹脹及肩頸酸痛。
2. 多走動有助於氣體排出，約 **3 天後症狀會緩解**。

(六)術後體溫變化

1. 少數病人可能會有輕微發燒（攝氏 37-38 度，約 1-2 天內會改善）。

二、 出院後居家照護注意事項

(一)飲食建議

1. 採**低脂飲食**，避免以下食物：油炸食品、奶油、肥肉、糕點等。
2. 建議料理方式：**蒸、煮、烤、少油炒**。

三、 傷口照護

1. 保持傷口乾燥。
2. 若有滲液，請立即更換敷料，避免傷口感染。
3. 若拆線後傷口紅腫、有異味、發燒，請回診接受醫師診治。

四、 引流管照護（出院如有）

1. 每日紀錄引流量及顏色：**正常為淡黃色**。
2. 若顏色異常（如變紅或混濁），請立刻至急診或門診就醫。

五、 按時回診

1. 請依醫師安排的時間準時回診，追蹤恢復狀況。

※諮詢電話：08-7368686 轉

屏基關心您　祝您早日康復

衛教單張簽收聯

本人已接受【腹腔鏡膽囊摘除術後照護】衛教說明，並經衛教人員確認理解相關照護重點

理解程度（護理人員評估-病人/家屬可重複衛教重點）

☐ 完全了解　☐ 大致了解　☐ 需再次衛教

病人/家屬簽名：＿＿＿＿＿　護理師簽章：＿＿＿＿＿中華民國＿＿年＿＿月＿＿日