

阑尾炎

- 前言
- 症状
- 治疗方法
- 术前术后注意事项
- 居家注意事项

一、前言

阑尾炎发生的主因通常是阑尾出口受到粪石、未消化完全的食物残渣、果核或其它异物，甚至寄生虫造成出口阻塞而引起的发炎。在所有腹部急症的原因中，以阑尾炎最为常见，任何年龄层(包括出生几天的婴儿和老年人)都有罹患阑尾炎的机会。

二、症状

- (一) 腹痛：初期疼痛的位置为上腹、下腹或肚脐附近，数小时后慢慢移至右下腹，用手按下时疼痛加剧，此时可因咳嗽或移动身体而使疼痛加剧。某些病人在疾病的早期右下腹部直接出现疼痛，并立即衍生急性腹膜炎的症状，此时腹部有「反弹痛」及腹部肌肉僵硬的表征，少数病患可能有轻微腹泻。
- (二) 发烧：体温上升至 38℃ 左右；阑尾炎穿孔后体温则可高达 39℃。
- (三) 急性肠胃炎的症状，如：恶心、呕吐或腹泻。
- (四) 抽血检查可发现白血球指数升高。

三、治疗方法

阑尾炎的治疗以手术切除阑尾为首选，可以开腹或以腹腔镜手术进行，但不是每一位病人都适合使用腹腔镜手术，需经由外科医师评估。阑尾炎若不手术割除可能造成发炎的阑炎破裂而引发腹膜炎。若是阑尾破裂出现腹膜炎，此时手术风险增加，医师会使用抗生素先控制感染或者于腹腔放一引流管引流脓疡，等感染消退后再手术，以降低手术风险。

四、术前术后注意事项

(一) 手术前注意事项

1. 手术前需禁食 6-8 小时，禁水 4 小时，医师会先给予静脉输液补充水份，并使用抗生素，预防全身性感染。
2. 手术前病人可将右膝屈曲，使腹部肌肉放松或于右下腹部冷敷，以减轻疼痛。
3. 严禁使用热敷、泻剂及灌肠，以防发炎中的阑尾发生破裂引发腹膜炎。

(二) 手术后注意事项

1. 手术后 6-8 小时内，需注意是否能自解小便，若小便解不出或自己觉得无法解干净时，请告知护理人员协助。
2. 手术后暂时完全禁食水，根据病人排气及肠蠕动情形，再决定是否可以进食水。若可进食时，请先试喝少许开水(约 150ml)。无腹痛再摄取软质且容易消化的食

物，如粥类或低糖谷类、低脂牛奶、酸奶或蒸鱼等，但须避免油腻，然后再改为正常饮食，进食后如有胀痛等不适，暂停进食，并请立即告知护理人员。

3. 手术伤口若有放置引流管，其目的是用来引流伤口的血水，下床活动时请小心，避免拉扯到引流管。
4. 若伤口敷料有渗湿情形，请立即告知护理人员协助处理。
5. 手术后因麻醉的关系会感觉喉咙有痰的现象，此时，除了深呼吸及咳嗽外，可以利用拍背来帮助痰液排出。
6. 下床活动可促进伤口愈合、防止肠道沾黏及促进排气的好处。为了避免下床时发生体位性低血压，手术后第一天下床时，可从床上坐起静待几分钟，未感到头晕不适，再下床站立、走动。

五、居家注意事项

- (一) 请依医师的指示按时服药，切勿自行增加或减少药量。
- (二) 请保持伤口的清洁及干燥，如伤口尚未拆线，请按回诊时间拆线。
- (三) 多摄取蔬菜、水果、水份(2000-3000ml/天)及富含蛋白质的饮食，如：鱼、肉类等，以利伤口愈合。
- (四) 手术后六周内可提重物，以免伤口裂开或造成伤口疝气。
- (五) 若体温超过 38℃、急性腹痛、手术伤口部位出血或渗液量变多等情形，请立即返院就医。
- (六) 阑尾炎没有预防的方法，但多吃高纤维蔬菜和水果，对预防此病仍然有少许帮助，另外也要尽量避免在用餐后做剧烈运动，用餐的时候要细嚼慢咽，以免吞进一些细碎的骨头、水果种子及甲壳等，因这些东西容易形成粪石，阻塞阑尾引发阑尾发炎