一、什麼是子宮內膜異位症

子宮內膜組織會隨著卵巢週期的變化，以經血的方式流出，若跑到子宮外面的地方附著，長在卵巢(稱為巧克力囊腫)或子宮肌層(稱為子宮肌腺症），附著在骨盆腔會造成沾黏，若在腸胃附近，月經週期可能出現腹瀉、胃腸疼痛問題。

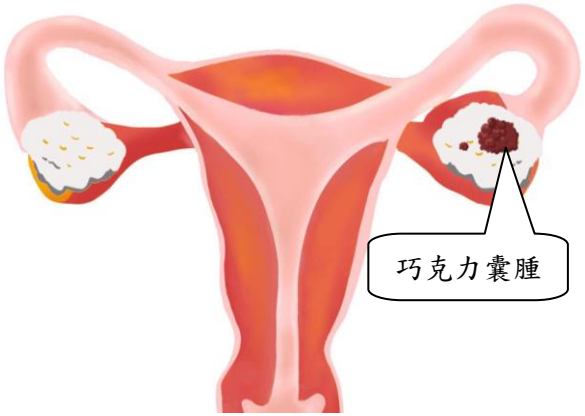


圖:出自台北市私立東山高中曾美嘉

二、子宮內膜異位症的症狀

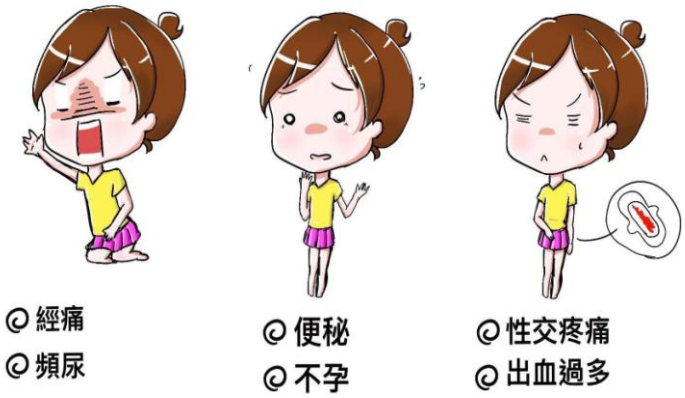


圖:出自台北市私立東山高中曾美嘉

症狀與異位部位有關，常見有經痛、不孕和性交疼痛、月經前點狀出血或經血量多、腸沾黏、脹氣、腹瀉或便秘等。可經由內診、抽血中 CA-125、 腹腔鏡、超音波檢查確立診斷。治療方式包括荷爾蒙藥物治療及手術療法，3 公分以下的囊腫，不一定要開刀，5 公分以上的囊腫則建議手術。

三、手術後護理指導

1. 術後 1-2 週有少許淡紅或紅褐色分泌物屬正常，勿用衛生棉條及陰道灌洗以避免感染，請大小便後用溫水沖洗，保持會陰清潔乾燥。
2. 保持傷口乾燥，腹腔鏡手術要注意臍部清潔，洗澡以淋浴為佳。
3. 多高蛋白、攝取高維生素、礦物質食物以促進傷口修復；多吃高纖蔬果及多飲水預防便秘；少量多餐忌刺激性飲食，避免豆.奶.地瓜等產氣食物。
4. 術後 6 週以散步最佳，避免劇烈運動如腳踏車、跳舞、久坐以免骨盆充血；避免提重物增加腹壓造成傷口疼痛。

5. 術後 4-6 週經醫師檢查傷口癒合良好，即可正常性生活，務必採行避孕措施，計畫懷孕者請與醫師討論。
6. 傷口偶有輕微抽痛情形乃正常現象，傷口有紅、腫、熱、痛及異常分泌物陰道鮮紅色或惡臭分泌物、噁心嘔吐、腹痛、發燒等現象需立即返院。
7. 採腹腔鏡手術後可能發生：容易腹脹氣、肩膀或肩後背酸痛（為手術時打二氧化碳氣體保護內臟所造成的反射痛），約術後 7 天會改善，可熱敷使肌肉鬆弛緩解酸痛。
8. 依照醫師指示的療程繼續口服或注射荷爾蒙藥物。



如對術後護理指導有問題請洽詢
中山醫療社團法人中山醫院
地址:臺北市仁愛路四段 112 巷 11 號
電話: (02)2708-1166

107.05 制、114.07 檢

中山醫療社團法人
中山醫院
Chung Shan Hospital

子宮內膜異位症手術護理

現代醫療，傳統照顧