

妇科腹腔镜手术后康复注意事项

汪师鸿

成都市新都区第二人民医院 四川成都 610501

【中图分类号】R71

【文献标识码】A

【文章编号】1002-3763 (2022) 04-093-01

当前大部分女性因为各种因素的影响，会受到妇科疾病的干扰，当妇科疾病严重影响日常生活，就需要借助手术来进行治疗。腹腔镜手术为目前妇科常见的手术方式，这种手术也被叫做微创手术。腹腔镜手术的显著特点就是创伤小、出血少、术后恢复极快，明显缩短了患者住院时间，让患者快速的恢复，所以受到了大部分患者的喜欢。但腹腔镜手术后还有很多的注意事项，这些注意事项一定要关注好，否则就无法帮助术后的身体得到尽快的恢复。今天我们就跟着文章来详细了解一下妇科腹腔镜手术后的相关注意事项吧！

妇科腹腔镜手术的基本情况？

腹腔镜手术包括传统的气腹腹腔镜、单孔腹腔镜、开放式腹腔镜、机器人腹腔镜等。腹腔镜手术本身属于微创手术，根据手术范围的不同，术后恢复情况也各不相同，但总体情况和开腹手术相比。恢复速度都会比较快。腹腔镜手术是指借助腹腔镜及相关器械所进行的手术。和传统开腹手术相比，手术创伤小、出血少、疼痛轻、恢复快，尤其是术后疤痕极少。所以腹腔镜微创手术，当前的妇科疾病应用过程中越来越普遍，受到大部分患者的青睐。腹腔镜和开腹手术哪个好？我的手术能采取微创腹腔镜吗？腹腔镜手术过程中能够将肿瘤全部切除吗？这些想必都是患者内心的种种疑惑。腹腔镜作为一种带有微型摄像头的器械，腹腔镜手术过程中通过冷光源来提供照明，将直径在十毫米以内的腹腔镜镜头插入到腹腔，通过数字摄像技术，将腹腔内脏器实时显视在屏幕上，手术过程中利用高科技技术引导，可以选择不同的手术器械，对病变组织进行探查、电凝、止血、组织分离、切开、缝合等相关的操作。在腹腔镜屏幕上会将手术部位放大数倍，比传统手术直视下更加清晰，也能发现更微小的病变。

最主要的是，借助腹腔镜，可以在不牵动腹腔脏器的情况下，借助不同角度和方向观察，扩大视野，很多医生也可以同时看到手术过程。便于助手的配合，麻醉医生的协助，也有利于手术后对整个手术过程进行回顾分析，进行手术交流。腹腔镜手术通常采取一孔或者四孔的操作方法，这样恢复后仅在腹部留下很小的线状疤痕，腹腔作为潜在的间隙处于闭合状态。腹腔镜手术时需要让其膨胀才可以有足够的空间进行手术。常用的方法就是注入二氧化碳气体来膨胀闭合的腹腔。妇科腹腔镜手术基本是在盆腔内进行。某些特殊病例，如早期卵巢癌需要切除大网膜、阑尾，子宫内膜癌需要切除腹主动脉旁淋巴结等。

腹腔镜术后注意事项一：饮食层面

在经过腹腔镜手术后，一般情况下是要禁食禁水六小时左右，少数患者可以在术后六小时内喝少量的水，如果没有腹胀或者其他的不适，可以慢慢的进食流质食物，例如米汤和陈皮水。之后过渡到半流质饮食，例如稀饭和面条，在饮食的过程中一定要注意少量多次饮食。如果没有不适，再慢慢的过渡到软食，最后到普通饮食，有些患者在手术后会存在头晕、呕吐的情况，一般医生会提前预防性的给患者使用止吐护胃

的药物，如果仍然有头晕想吐的情况，需要及时告诉医护人员，并且把头偏向一侧，防止误吸的出现。在过渡到普通饮食之后，为了补充营养，促进伤口的愈合，这时候患者要多吃一些富含蛋白质的食物，例如鸡蛋、鱼虾、瘦肉和豆腐，这些优质的蛋白质食物能促进伤口愈合，虽然腹腔镜手术所留下的伤口极小，但是愈合也需要一定的营养。普通饮食之后，可以多吃一些蔬菜和高纤维的水果，因为腹腔镜手术需要往腹腔内注入二氧化碳，术后腹腔内容易残留二氧化碳，多吃水果、蔬菜能够促进肠蠕动，在饮食中一定要注意，不要吃一些辛辣刺激、不容易消化的食物。手术后三天内不要喝牛奶、豆浆、糖水等容易产生胀气的食物。

腹腔镜术后注意事项二：腹胀和肩背酸胀

在经过腹腔镜手术后，患者一定要避免哭泣、呻吟和更多的交谈，这样会造成过多的空气吸入到腹腔。腹胀严重情况下，通过热水足浴，口服中药制剂，例如四磨汤来促进胃肠蠕动恢复。腹腔镜也需要经过麻醉，麻醉清醒后，患者可以在床上进行翻身活动，做缩唇呼吸，也可以多做踝泵运动，屈膝运动，可进行肩胛肋弓的按摩。手术后尽早下床活动，通过扩胸运动来促进肠道蠕动。另外，在手术后，部分患者会存在腰背酸痛，这可能是因为二氧化碳气腹所导致的，也可能是手术后一个姿势保持时间过久。对于二氧化碳的情况，手术后虽然将腹腔内的气体尽量排空，但实际上仍然有少部分的气体沉积在腹腔间隙，剩余的气体会刺激双侧的膈肌神经，引发术后患者的肋下疼痛。一般手术后这种疼痛会逐渐消失，麻醉清醒后，患者可通过简单的运动来帮助气体逐渐排出，减少肩背酸胀的情况。

腹腔镜术后注意事项三：尿管和其他情况

腹腔镜手术后，大部分情况下会留置尿管，留置尿管的时间会根据手术大小情况而制定，护士会妥善固定好，并且观察尿液的颜色、性状和量。为了预防感染，留置尿管期间还会进行每天两次的会阴部消毒。患者在日常要做的事情就是术后留心尿管，不要用力牵拉，以免尿管脱出，下床活动时不要将尿管挂得过高，避免尿液反流引起尿路感染。少部分患者在留置尿管后会觉得有尿意，解不出小便，这时候可以和医务人员进行沟通，拔除尿管后尽可能多喝水，尽早小便。如果有任何不适的情况，都要告诉医务人员。除此之外，有少部分的患者在手术后会留置一根或几根的腹腔引流管。这时候要做的事情也是不要用力牵拉，下床活动时不要将其挂得过高。经过腹腔镜手术，有些患者需要通过气管内全麻，患者的咽喉部位黏膜会有轻微损伤，术后会出现咽喉疼痛、咳嗽、痰多等情况，有任何问题，都要告诉医务人员，通过雾化和药物进行处理，或者是等到身体可以饮水时，通过少量多次的喝水来缓解咽喉部的不适。

关注好以上这些注意事项，就可以帮助女性腹腔镜患者术后的身体得到尽快的恢复。