

一、前言

腹腔鏡膽囊切除術是一種治療膽囊疾病的手術，其侵襲性較小，比傳統的膽囊切除術比較之下，其傷口較小、較美觀、疼痛較輕微，住院日期短、恢復時間也較快。

二、膽囊的位置及功能

1. 膽囊連接於肝臟下方，它是用來濃縮、儲存肝臟所產生的膽汁；當吃到含脂肪食物時，膽汁及收縮將膽汁排到小腸內，幫助脂肪消化。
2. 當發生膽汁鬱積或膽汁成分失衡等情形，膽汁易結晶生成但膽結石。若結石造成膽汁通道阻塞時，常會有上腹疼痛、嘔吐、消化不良等現象，嚴重時有發燒及黃疸情形。

三、手術方式：

腹腔鏡膽囊切除術是目前治療膽結石較適合方法

1. 經由腹部四個 1.5-1 公分小切口，連接腹腔鏡。
2. 在手術過程中約有 1-5% 的情況，必須改成傳統手術方式才完成手術，醫師將視

實際情況處理。

四、術後注意事項：

1. 麻醉恢復後可採平躺或半坐臥式，使腹部放鬆，改善傷口疼痛；並多翻身改變姿勢，以減輕腫脹。
2. 術後當天會暫時禁食，當醫護人員告訴您可進食後，請先試喝開水，若無腹脹、嘔吐情形，即可進食軟性食物。
3. 若出現輕微腹瀉及肩背痠痛，這是因內視鏡手術中腹部充氣，術後氣體會向上壓迫橫膈神經所導致，一週內氣體漸漸吸收後，症狀即會消失。
4. 傷口約 6-7 天拆線，拆線前應保持敷料乾燥，不可弄濕，以免傷口感染。

五、術後飲食須知：

膽囊切除術後，初期的一、二個月須限制脂肪的攝取，採低油、低膽固醇的飲食。其後因身體會產生調適作用，使膽汁直接由肝臟送入十二指腸，以供脂肪消化之需，故可恢復正常飲食。

(一) 食物的選擇方面：

1. 食物的選擇要均衡，以充分攝取到各類

營養素。

2. 肉類應選擇瘦肉(依次可選用：雞肉、魚肉、鴨肉、牛肉、羊肉、豬肉)，附著之油脂及皮應全部切除。
3. 堅果類，如瓜子、花生、腰果、核桃、松子、杏仁等，因含高量脂肪應少攝取。



4. 易造成腸胃不適的產氣食物(如：大豆)、味道較刺激的蔬菜(如：洋蔥)等，宜少食用。
5. 少吃膽固醇含量高的食物，例：內臟類(腦、肝、腰子等)、蟹黃、魚卵、蝦卵、蛋黃，一個禮拜以不超過三個為原則。
6. 多攝取新鮮蔬果。

(二)烹調方面：

1. 多利用蒸、煮、燉、烤、紅燒、涼拌等，各種低油的烹調方法。
2. 少用油煎、油炸方式烹調食物，以選擇少量植物油為宜。
3. 肉類紅燒、燉湯食，可於冷藏後將上層油脂去除，在加熱使用。
4. 用餐時應避免麻油、沙拉醬、辣椒醬、沙茶醬等調味用品。

六、參考文獻

林益儂、楊困蓉、李依庭、曾怡菱 (2022)・應用設計思考於護理創新服務方案：以腹腔鏡膽囊切除術後病人為例・*健康科技期刊*，8(2)，32-46。

馮容芬、李惠玲、李薇莉、周繡玲、袁素娟、胡月娟、謝珮琳、曾月霞、劉芹芳、謝家如(2022)・膽結石與膽道感染・於劉雪娥總校閱，*成人內外科護理*・(八版，484-490)・華杏。

義大醫院
地址：高雄市燕巢區角宿里義大路1號
電話：07-6150011

義大癌治療醫院
地址：高雄市燕巢區角宿里義大路21號
電話：07-6150022

義大大昌醫院
地址：高雄市三民區大昌一路305號
電話：07-5599123

本著作權人非經著作權人同意不得轉載翻印或轉售
著作權人：義大醫療財團法人
19.8×21cm 2025.08 印製 2025.05 修訂 HA-1-0031(2)

腹腔鏡膽囊切除術

後病人注意事項

