

## 一、膽道的位置及功能：

膽囊位在肝臟的右邊底部，主要功能為濃縮、儲存由肝細胞所製造的膽汁。而膽汁有助於脂肪食物的消化，但長期食用高脂肪、高熱量食物會促使膽結石的發生，而影響膽汁排泄。

## 二、病因：

1. 膽固醇過度飽和、膽鹽減少。
2. 膽囊收縮力降低造成膽汁淤積。
3. 膽道系統發生感染而影響膽汁分泌。

## 三、症狀：

1. 右上腹痛甚至反射至背部。
2. 發燒。
3. 黃疸：鞏膜、皮膚及黏膜發黃。
4. 食慾不振、嘔吐。

## 四、手術後注意事項：

1. 為預防肺部合併症，宜多做深呼吸、咳嗽、翻身活動。
2. 術後(一般在排氣後或術後第一天)才可進食。若無噁心、嘔吐、腹脹，可先喝水，排氣後由軟質至易消化的食物，漸進到一

般的食物，採低脂肪、低膽固醇的飲食。

3. 剛開始進食時，可能出現輕微腹瀉情形屬於正常現象，一～二週應會改善。
4. 依病情需要，少數病人在總膽管處放置T型引流管固定於腹部皮膚，活動時勿拉扯、反褶，以保持引流管暢通。
5. 術後7~10天行T型管的X光攝影，確定總膽管是否有結石。醫護人員會將引流管夾住，如無不適則會夾住或剪短帶回家；門診時再由醫師決定拔除與否。
6. 拆線前保持傷口乾燥、乾淨，若傷口出現紅、腫、熱、痛或發燒、腹脹、黃疸、嘔吐、灰白便等症狀，應立即就醫。

## 五、術後飲食原則：

膽囊切除後，初期一～二個月須限制脂肪的攝取，採低油、低膽固醇飲食，確定膽汁直接由肝臟送入十二指腸，可供脂肪消化後，則可恢復正常飲食。

## 六、食物的選擇：

1. 食物的選擇要均衡，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、杏仁等，其含高脂肪應少攝取。
4. 易造成腸胃不適的產氣食物，如大豆、味道較刺激的蔬菜，如洋蔥等應少食用。
5. 少攝取高膽固醇含量的食物，如內臟類(腦、肝、腰子)、蟹黃、魚卵、蝦卵等，蛋黃攝取一星期不超過3顆為原則。
6. 多攝取新鮮蔬果。

## 七、食物烹調的方式：

1. 多利用蒸、煮、涼拌等各種低油的烹調方式。
2. 少用油煎、油炸方式，若需要則使用少量植物油為宜。
3. 肉類紅燒、燉湯時，可於冷藏後將上層油脂去除，再加熱使用。
4. 用餐時避免使用麻油、沙拉油、辣椒醬、沙茶醬等調味品。
5. 維持標準體重。

文獻來源：

吳麗彬、周繡玲（2016）・消化系統疾病之護理・於劉雪娥總校閱，成人內外科護理學下冊（七版，486-492 頁）・台北市：華杏。

# 膽囊及膽道 手術之 注意事項

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 2025.12 印製 2025.12 修訂 HA-1-0033(2)

