回家照顧單張　高雄醫學大學附設中和紀念醫院 泌尿部　張顥瀚醫師

腎上腺切除手術後，回家要注意什麼？

掃描看網頁版

這是一張給剛做完腎上腺切除的你帶回家看的單張。**腎上腺分泌的荷爾蒙掌管血壓、血糖與電解質，所以回家之後，除了傷口，更要注意血壓、血糖與電解質的變化。**

> **重點**
> **如果醫師開了類固醇給你，絕對不能自己停藥，也不能自己減量。**
> 突然停掉可能造成腎上腺功能不足，那是會危及生命的急症。要調整一定要經過醫師。

回家之後，這幾件事要注意

1. **在家量血壓並記錄下來。** 手術後血壓可能明顯改變，**原本的血壓藥往往需要重新調整** —— 但要由醫師來調，不要自己停或自己加
2. **如果醫師開了類固醇，務必按時服用。** 這是因為另一側腎上腺被長期壓抑，需要時間恢復功能。**依醫囑逐步減量，不能自行停藥**
3. **注意低血壓的徵兆** —— 站起來頭暈、眼前發黑，要提早回門診；如果是極度虛弱、噁心嘔吐，請看下面的急診清單
4. **依醫囑追蹤血鉀與其他電解質。** 特別是原本有低血鉀的人，術後補充的鉀離子可能要調整或停掉
5. **傷口保持乾燥清潔**，依照出院時交代的方式換藥，建議每天洗澡完換藥，直到連續兩天換藥，紗布呈現乾燥，沒有滲血或分泌物。傷口沒有癒合之前不要泡澡、不要游泳、不要進泳池或溫泉
6. **避免提重物與腹部用力**，走路散步則鼓勵，可以減少血栓
7. **原本的高血壓不一定會完全好。** 如果病因是單側腫瘤，血壓通常會改善、用藥可以減少，**但不是每個人都能完全停藥**

什麼時候要提早回診或直接去急診

△ 提早回門診

- 血壓在家量偏低或偏高，和出院時差很多
- 站起來頭暈、眼前發黑
- 持續疲倦、沒有力氣、食慾不好
- 傷口紅腫、有滲液
- 肌肉無力、抽筋（可能與血鉀有關）

▲ 不要等門診，直接去急診

- **極度虛弱、噁心嘔吐、腹痛、頭暈或意識改變** —— 可能是**腎上腺功能不足**，這是急症
- **昏厥、站不起來，或血壓量起來非常低**
- **發燒或寒顫**，尤其合併傷口紅腫或腹痛
- **心悸、心律不整，或嚴重肌肉無力**
- **單側小腿腫脹疼痛，或突然胸痛、呼吸急促** —— 要警覺血栓

到急診時請一定要說「**我做過腎上腺切除手術，正在吃類固醇**」（如果有的話） —— 這句話會直接改變急診的處置。