**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

# 腎臟全切除或腎輸尿管切除後，回家要注意什麼？

掃描看網頁版

這是一張給剛做完**根除性腎臟切除**、或**腎臟輸尿管併膀胱袖口根除術**的你帶回家看的單張。兩種手術拿掉的範圍不同，但回家之後要顧的事情都一樣：**傷口，還有剩下那一顆腎臟。**

> **重點**
> 從今天起，**你只剩一顆腎臟在工作。** 它的代償能力很好，多數人日常生活不會有感覺 —— 但接下來一輩子都要好好保護它。

## 回家之後，這幾件事要注意

1. **止痛藥要問過再吃。 非類固醇消炎止痛藥（NSAID）** 對腎臟有負擔，**不要自己去藥局或診所拿來長期吃**。需要止痛請回診處理
2. **避免脫水。** 天熱、運動、腹瀉、發燒的時候要主動補水 —— 單顆腎臟對脫水的容忍度比較低
3. **不要亂吃來路不明的中草藥、偏方與保健品。** 這一點對上泌尿道尿路上皮癌的病人特別重要
4. **控制好血壓與血糖**，並定期追蹤。這是保住剩下腎功能最有效的方法
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**，讓傷口與腹壁安穩長好
7. **走路和散步**，適量運動可以減少血栓與腸沾黏；但暫時不要跑步、重訓或提重物
8. **日後做任何檢查前，告訴醫師你只有一顆腎臟** —— 尤其是要打顯影劑的檢查

## 什麼時候要提早回診或直接去急診

### △ 提早回門診

- 傷口紅腫、有滲液或裂開
- 持續腰酸、悶痛
- 下肢水腫、體重短期內明顯增加
- 血尿（即使只有一次、也不痛）

### ▲ 不要等門診，直接去急診

- **尿量急遽減少，或幾乎沒有尿**
- **突然的劇烈腰痛或腹痛，合併頭暈、冒冷汗或臉色蒼白**
- **發燒或寒顫**，尤其合併腰痛或傷口紅腫
- **持續大量血尿、解出血塊，或因為血塊而尿不出來**
- **腹部劇烈疼痛、腹脹、一直吐、放不出屁也解不出大便**
- **單側小腿腫脹疼痛，或突然胸痛、呼吸急促** —— 要警覺血栓

到急診時請主動告訴醫師你只剩一顆腎臟、是哪一天開的刀。