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

腎臟部分切除手術後，回家要注意什麼？

掃描看網頁版

這是一張給剛做完腎臟部分切除的你帶回家看的單張。**腫瘤挖掉了，腎臟保留下來 —— 接下來要注意的是縫合面，還有你剩下的腎功能。**

> **重點**
> 腎臟是血流非常豐沛的器官，縫合的地方需要時間長好。**出院之後仍然可能出現延遲性出血**，通常表現為突然的血尿或腰痛。
>
> 所以這幾週**不要提重物、不要做腹部用力的動作**。

回家之後，這幾件事要注意

1. **避免提重物與腹部用力的動作**，包含搬東西、用力解便、劇烈運動與核心訓練
2. **偶爾出現淡淡的血尿是可能的**，但如果突然變成鮮紅色、或合併腰痛，就要非常注意（見下面的急診清單）
3. **傷口保持乾燥清潔**，依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
4. **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
5. **止痛藥要問過再吃。** 特別是**非類固醇消炎止痛藥（NSAID）** 對腎臟有負擔，**不要自己去藥局買來吃**，需要止痛請回診拿藥
6. **控制好血壓與血糖。** 這是保護剩下腎功能最實際的一件事
7. **抽菸的人請把握這次戒菸。** 咳嗽會增加腹壓，抽菸也會影響傷口的癒合

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
- 尿量明顯變少
- 持續腰酸、悶痛
- 傷口附近鼓起、摸起來有波動感

▲ 不要等門診，直接去急診

- **突然出現大量鮮紅血尿，或解出血塊** —— 可能是延遲性出血
- **突然的劇烈腰痛或腹痛，合併頭暈、冒冷汗、心悸或臉色蒼白**
- **發燒或寒顫**，尤其合併腰痛或傷口紅腫
- **尿量急遽減少或幾乎沒有尿**
- **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剛做完腎臟手術、是哪一天開的刀。