

婦科手術後性生活及個人衛生衛教指導



❖性生活

- 1.配偶應多給予精神上支持，雙方可以說出內心感受及擔憂。
- 2.子宮搔刮手術後約 2-3 週，子宮頸錐狀切除手術後約 6 週，婦科手術後約 6-8 週內不可有性生活。
- 3.骨盆腔發炎症癒後，一週內不可做陰道內灌洗及有性行為。
- 4.雙側卵巢切除者，性交時陰道潤滑液會減少，故前戲時間需增長，如愛撫、親吻或使用醫師許可的水性的潤滑軟膏。
- 5.行陰道壁修補者，初期性交會有疼痛情形，可採較輕柔溫和之動作。
- 6.行根治性手術者，陰道有部分切除，陰道會較短，故性行為時應避免過於劇烈及深入。
- 7.子宮外孕患者手術後需抽血追蹤絨毛性腺激素(HCG)三個月，追蹤期間內需避孕，避孕方法可與醫護人員討論適合您的方式。
- 8.行子宮肌瘤切除者，若日後有準備懷孕，建議避孕 6 個月以上，避免懷孕時子宮壁的伸展影響傷口癒合。
- 9.行子宮全切除及雙側卵巢切除者可不需避孕。
- 10.手術後性交有陰道出血現象，請回診檢查。
- 11.手術後 6-8 週經醫師檢查後復原良好，即可恢復性生活。

❖個人衛生

- 1.術後陰道可能會有暗紅或咖啡色分泌物約 7-14 天左右，每天至少清洗外陰部一次，並觀察有無分泌物及其顏色、量、氣味。
- 2.有留置導尿管帶回時，請護理人員教導正確方式沖洗，消毒尿管，每日至少兩次，排便後需沖洗。
- 3.手術後六週內不可作陰道灌洗，或使用衛生棉條，以防逆行性感染。
- 4.如廁後，保持會陰部清潔由前往後擦拭。
- 5.洗澡以淋浴為佳，請避免盆浴。

參考文獻：

李惠玲、潘婉琳(2019)・良性腫瘤疾病・實用婦科護理(六版，200-220 頁)・台北：華杏