



衛教系列-外 10

## 腱鞘囊腫



衛生福利部南投醫院  
護理科關心您  
電話 049-2231150

一、簡介：  
腱鞘囊腫是手部最常見的良性腫瘤。每個關節都可能發生，而最容易發生的位置是在手腕背側囊腫。多好發於女性，男女比例1:3，好發年紀均為20-40歲。

二、病因：  
腱鞘囊腫是濃稠液體積聚在薄層滑膜內所致，在關節和肌腱附近軟組織最常見，其內液體類似關節滑液。

三、症狀：  
主要是以腫塊、疼痛或其他壓迫神經血管症狀來求醫。

四、治療方式：  
因外觀上的考慮、腫塊疼痛、神經血管壓迫引起併發症，以手術方式來治療。

五、手術簡介：  
麻醉方式採局部麻醉，醫師會將囊根莖處的關節囊及滑膜囊切除。

六、術後照護及注意事項：

1. 手術後醫生以彈性紗繃包紮傷口，應多休息急減少手部活動，盡量保持手部抬高。
2. 腱鞘囊腫手術之傷口較小，術後不需換藥，隨時保持傷口乾燥，並依指示預約門診複診即可。
3. 術後僅需依醫生之醫囑服用藥物。
4. 如有麻木、發紺嚴重疼痛、發燒或不適請儘快回門診或急診複查。
5. 在原先的部位可能會長出新的腱鞘囊腫，復發的機率大約是30%。若有復發時請即早回門診處置。

6. 無飲食禁忌。

950201 制定  
1090301 修訂

若需更多衛生教育訊息，歡迎向門診及各護理站諮詢