



肛門手術-術後照護

■傷口照護：

1. 肛門傷口處會填塞紗布，需加壓約 6 小時，**返家後依照醫師醫囑 6 小時後再將紗布取出。**
2. **一般要在術後 24 小時以後方可第一次排便。**
3. 第一次排便常伴有少量鮮血，是因糞便摩擦傷口導致，屬正常現象，2 週內可能仍會有小出血情形，請勿擔心；若出血量多，呈鮮紅色，請盡速就醫。
4. **溫水坐浴**是清潔肛門、促進傷口癒合和消炎的最簡便又有效的方法。
5. 溫水坐浴方法為：
 - ◆用臉盆裝溫水（**水溫以不燙手為原則**）將臀部坐於臉盆內。
 - ◆溫水坐浴時機：早上、中午、晚上及每次排便後（**每次 10～15 分鐘，請勿任意加入其他消毒藥水**），若無法坐浴可使用淋浴方式。
 - ◆坐浴（沖洗）後請以毛巾或衛生紙**將水輕輕吸乾，勿用力擦拭。**



■日常生活照護：

1. 飲食請多補充水分及纖維質的攝取以**預防便秘**；可補充維生素，儘量減輕胃腸道的負擔，防止腹瀉。
2. 術後一週內避免酒類、補品及刺激性的食物（如咖啡、濃茶、酒精、辛辣、油炸品）。
3. 養成**規律生活**習慣並適當運動，切莫熬夜、過度疲勞。
4. **定時解便**，避免長時間蹲坐在馬桶上，不可帶書報進廁所閱讀，以防復發。
5. 避免久站、久坐、久蹲、及劇烈活動（如搬重物、騎腳踏車）。
6. 出院後需**繼續溫水坐浴，定期回門診複診**（肛門傷口癒合約一個月）。
7. 出院會帶回**軟便藥物請按時服用**，以利解便順利，減緩疼痛；如有腹瀉頻繁或排便無法控制情形發生，可減量服用。
8. 出院後如有大量出血、發燒、排尿困難、持續便秘或腹瀉等現象，請立即回院處理。

～出院後如有其他問題，可隨時回診與您的醫師討論～