

□肛門瘻管 □痔瘡術後日常生活須知

一、手術後應注意事項

- 1.術後當天，除了下床上廁所其餘時間需臥床休息，若傷口疼痛可採側臥或俯臥姿勢，避免坐姿壓迫傷口。
- 2.術後當天肛門口紗布勿隨意取下，以免造成出血，如想解便請告知護理人員。
- 3.若傷口疼痛可告知醫護人員，給予止痛劑以減輕疼痛。
- 4.手術後 6~8 小時內需自解小便，必要時會予插導尿管引流尿液，視情況再予拔除。
- 5.術後一週採低渣及軟質飲食，如：絞碎的瘦肉、豆腐、豆花、嫩葉菜類等，減少糞便形成。

二、日常生活注意事項

- 1.待傷口癒合後，預防痔瘡再發，可進食高纖維食物，如：全穀製品、蔬菜、水果等。
- 2.定時排便，避免便秘或用力解便及排便後用力擦拭。
- 3.解便有困難時，可先坐浴使肌肉放鬆，減輕疼痛再行如廁。
- 4.如便意緊迫解不出來或 2 天以上未解便，依醫囑服用軟便劑或可至直肛科門診求治，勿自行灌腸或用手挖大便。
- 5.手術後傷口疼痛會持續數天，故回家後仍需按時服藥及繼續坐浴，可使傷口疼痛較為減輕直到傷口癒合為止，並按時回診。
- 6.泡盆口訣：先放藥包再泡盆，每次坐好十分鐘，小心起身慢慢來，擦乾屁屁抹藥膏，棉球夾緊不漏掉，安心泡盆一禮拜。

參考資料

- 翁麗雀 (2023) . 消化系統疾病病人的護理 . 廖張京棣、蔡秀鸞總校閱，最新實用內外科護理學上冊 (7 版，114-116) . 永大。
- 周繡玲 (2024) . 消化系統疾病之護理 . 劉雪娥總校閱，成人內外科護理下冊 (九版，408-411) . 華杏。

11D 病房的
痔瘡術後小知識
教你如何泡盆
以及日常照護

藥粉包 浴盆加水 5~8 分鐘

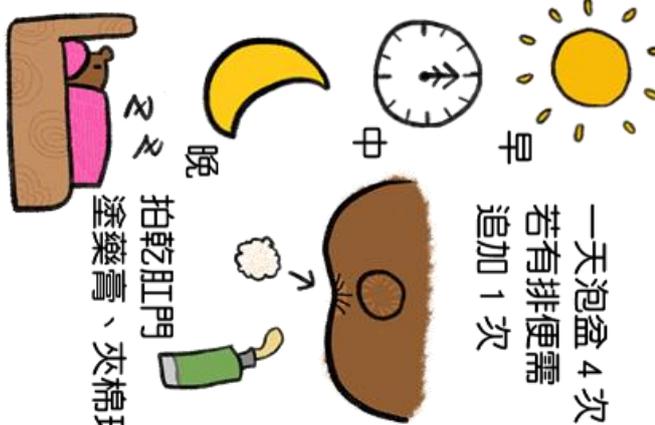


1 屁股
坐入浴盆
浸泡
10~15 分鐘



一天泡盆 4 次
若有排便需
追加 1 次

早 中 晚

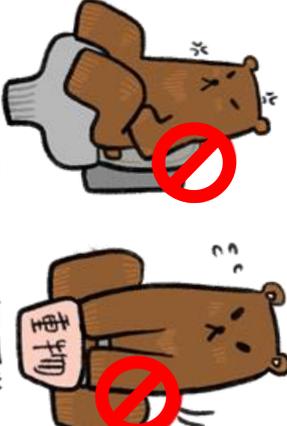


睡前
塗藥膏、夾棉球
拍乾肛門

預防出血
一週內避免

用力解便

提重物



3 騎腳踏車



日常生活

足夠飲水
2000ml~
3000ml

均衡飲食
規律運動

4 預防便秘
定時排便



返家仍需
按時泡盆

傷口若有出血
需立即就醫



避免攝取

牛奶及
高纖維食物
易形成大便



避免
辛辣及
刺激性
食物

