

怡樂適術後加速康復療程 結合個案管理的整合照護模式

當病人被告知需要接受手術時，除了關心手術能否順利，更常問的是：「多久可以吃東西？會不會很痛？要住院幾天？」其實，術後恢復的品質，不只取決於手術本身，更與整體照護模式密切相關。

近年國際間推動的「術後加速康復療程（Enhanced Recovery After Surgery, ERAS），又稱『怡樂適』療程」，是一套以實證醫學為基礎的整合照護模式。它強調從術前準備、術中處置，到術後恢復的完整規劃，目標是降低身體的壓力反應、減少併發症發生，並幫助病人更有效率地回到日常生活。

以大腸直腸手術為例，過去傳統觀念常要求術後等待排氣後才能進食，病人往往需禁食數日。但研究顯示，在醫療團隊評估安全的前提下，術後早期進食並不會增加併發症風險，反而有助於腸道功能恢復與體力回升。這樣的改變，正是 ERAS 核心理念的一部分。

ERAS 強調「減少不必要的生理壓力」。手術前會進行營養與身體狀況評估，鼓勵適度活動與戒菸；手術中採用微創技術、精準輸液與多模式止痛策略；手術後鼓勵早期下床活動、早期進食，並減少不必要的管路放置，降低感染與不適風險。研究顯示，落實 ERAS 可降低併發症發生率並縮短住院天數，同時不增加再住院機率。

除了標準化流程外，本院近年更加入「個案管理師」制度，成為怡樂適療程的重要特色。當病人加入療程後，會由專責個案管理師協助衛教說明，並邀請加入專屬聯絡群組，在整個住院與出院後恢復過程中，若有飲食、傷口或活動相關疑問，都能即時獲得專業回覆，個案管理師也會主動追蹤術後恢復狀況，協助病人順利度過復原期。

ERAS 並不是「急著出院」，而是一種有計畫、有系統的團隊照護模式。透過外科醫師、麻醉科醫師、護理團隊、營養師與個案管理師的共同合作，讓手術治療更完整，也讓康復過程更安心。

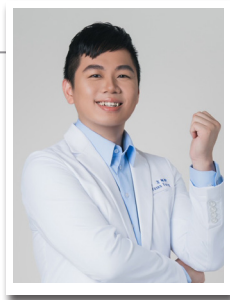


本院持續優化怡樂適療程，希望在兼顧醫療品質與安全的前提下，為每位接受手術的病人，提供更有效率且更有溫度的照護體驗。

作者介紹

大腸直腸外科

方翊軒 主治醫師



【現職】

• 健康管理中心 / 大腸直腸外科 主治醫師

【學歷】

• 高雄醫學大學醫學系

【專長】

肛門疾病診斷及治療 / 微創大腸直腸手術 /
大腸鏡檢查與息肉內視鏡切除 /
大腸直腸癌之診斷與整合性治療