

肛門手術後護理指導

- 一、手術後肛門內會放置止血紗布，請勿自行取出。
- 二、傷口若滲血厲害，或疼痛無法忍受、以及小便解不出來時，請告知護理人員。
- 三、手術後隔天或紗布排出後，即可上廁所排便，並開始溫水坐浴。



溫水坐浴



放置馬桶之坐浴盆

圖片來源: www.bing.com/search?q

- 四、溫水坐浴時間可一天四次或每次大便後(每次約 5-10 分鐘)。若傷口疼痛導致排便困難，可於坐浴時將糞便排在溫水盆中，再沖洗傷口即可。
- 五、可用蓮蓬頭以半蹲或彎腰姿勢(忌全蹲)用溫水沖洗肛門 1~3 分鐘，傷口沖洗乾淨或坐浴後，以乾淨毛巾輕輕將傷口擦乾，避免用力擦拭肛門，沖完水後將水吸乾，肛門周圍塗抹藥膏，再以紗布夾於肛門，若紗布濕透則更換紗布，勿自行使用成藥塗傷口。
- 六、為了排便順暢請多攝取富含纖維的蔬菜水果，勿食用刺激性的食物例如：菸、酒或辛辣食物等（如圖一）。



圖一 勿食用刺激性食物如菸、酒或辛辣食物等

圖片來源: www.freepik.com/search?format=search&query

- 七、每次排便時間不要太久，有便意就去排便，沒有便意就要馬上起來，不可在馬桶上蹲太久。
- 八、避免久站、久坐、久蹲、以及劇烈活動，例如：搬重物、騎腳踏車，以免出血，建議多臥床休息。
- 九、一般傷口縫線為可吸收線，手術後返診，醫師檢視傷口，縫線通常約 4-6 週會自行吸收。
- 十、出院後依照醫師指示，按時回門診追蹤複查，若傷口有突發性大量出血或發燒 38.5°C 以上，應立即返回急診就醫。