

婦科手術後照護須知

一、術後我該注意甚麼呢？

	<p>束腹帶主要是給予腹部壓力，避免活動身體時拉扯到手術的傷口，連帶也會幫助傷口癒合，還有支撐下垂、鬆弛的腹部肌肉的功能，手術後使用束腹帶固定傷口，可減輕改變姿勢時的疼痛。</p>
	<p>手術後多翻身，並視體力及病況，由家屬陪伴採漸進式下床活動，儘早多下床走動，可幫助排氣以及預防血栓發生。</p>
	<p>如腹部有傷口，請用擦澡方式清潔身體，注意避免將腹部傷口弄濕，會陰處可用蓮蓬頭沖洗。</p>
	<ol style="list-style-type: none"> 1. 腹部傷口應保持清潔乾燥，如不慎將紗布弄濕，請即刻通知護理師協助更換。 2. 採陰道手術患者，則可採淋浴方式洗澡。
 <p>紅 腫 熱 痛</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 傷口或陰道出血量變多或出現惡臭味，或頻尿、解尿疼痛、有燒灼感，請告知醫護人員。 2. 勿超過 4 小時才更換衛生棉，避免感染。

圖片來源:<https://www.ruten.com.tw>

二、飲食該如何選擇呢？

	<p>當手術後返回病房時，會先禁食，禁食中醫師會開立點滴補充水份及營養，若口乾時可以使用棉枝先沾開水潤濕嘴唇，一般須待排氣後才可進食。</p>
	<p>可進食時宜採漸進飲食方式，可先試喝白開水，如無腹脹、嘔吐現象後再進食試著喝米湯。</p>
<div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center;"> <p>米粉</p>  </div> <div style="text-align: center;"> <p>菜肉粥</p>  </div> </div> <div style="display: flex; justify-content: space-around; margin-top: 20px;"> <div style="text-align: center;"> <p>南瓜羹</p>  </div> <div style="text-align: center;"> <p>蔬果汁</p>  </div> </div>	<p>排氣後開始進食，宜先選擇進食流質食物，待腸胃適應良好再選擇採固體食物，避免產氣食物：蛋、豆、奶、地瓜，並避免刺激及辛辣食物，2週後再食用酒或麻油。</p> <div style="text-align: center; margin: 20px 0;">  </div> <div style="display: flex; justify-content: space-around; text-align: center;">     </div>
	<p>多攝取纖維質的綠色蔬菜及水果以預防便秘；為預防泌尿道感染請多攝取水份。</p>

三、返院提醒注意事項

- (一) 出院後如有陰道大量出血或有惡臭的分泌物，持續發燒、腹瀉、腹部疼痛或陰部疼痛情形，請立即返院檢查。
- (二) 在飲食方面不須特別禁忌，請攝取均衡飲食，促進傷口癒合及身體之復原。

圖片來源: <https://health.businessweekly.com.tw>