



痔瘡術後護理指導

1998.03 制定
2024.08 修訂

- 一、手術後無頭暈、噁心等不適情形即可恢復正常飲食，須避免刺激性食物，如菸、酒、咖啡、檳榔、辛辣食物等。手術後當天因紗布填塞留存，避免產氣食物以減少腹脹不適。
- 二、手術後需攝取高纖維食物及足夠的水分，無特殊限制下，每日請攝取水分約 2000~3000ml，以軟化糞便。
- 三、因術中採截石臥位，且會由靜脈施打鎮靜劑，故術後下床活動常伴隨有頭暈情形，需有家屬或護理人員陪伴並採漸進式下床活動，以避免姿位性低血壓。
- 四、手術後 6-8 小時如經誘尿，如聽流水聲、沖洗會陰部、手握冰塊等，仍無法解尿，請告訴醫護人員處理，必要時為你導尿。
- 五、手術後若感到傷口疼痛時，可告知醫護人員給予止痛藥物，以減輕不適。
- 六、為預防傷口出血及腫脹，手術後肛門傷口以紗布填塞及寬膠布固定，不可隨意取下。
- 七、手術後會依醫師的囑咐，將肛門紗布取出，並由護理人員指導坐浴，坐浴時間為早晚各一次及每次排便後，水溫約 37~38℃，每次約 5~10 分鐘（詳見坐浴護理指導單張）；雷射消融手術術後第一周以冷水坐浴，第二周開始以溫水坐浴，排便後再加 1 次，每次約 5~10 分鐘，以促進肛門周圍血液循環，幫助傷口癒合，並減輕肛門傷口疼痛與腫脹，視情況給予藥膏塗抹。
- 八、適當的運動及規律的生活，三個星期內避免提重物，避免久蹲、久坐、久站，原則上以不超過 15 分鐘為限，以防影響血循。

九、若因疼痛導致無法解便，有三種方式可幫助你順利解便：

- (一) 排便前可先請護理人員注射止痛劑
- (二) 可於坐浴中排便，以減輕疼痛
- (三) 請養成每天排便習慣，將可減輕你的疼痛

十、若出院後有排便困難、裏急後重或二天未排便時，請勿自行灌腸或使用塞劑，應立即返診由醫師診治。

十一、如您有任何疑問，請隨時向醫護人員提出諮詢，我們將會很樂意的為您服務。

十二、如有下列症狀，應立即返院就診：

- (一) 突發性流血且臥床休息 10 分鐘後仍流血不止
- (二) 排便後滴血且臥床休息 10 分鐘後仍流血不止
- (三) 持續兩天以上未解便者
- (四) 傷口外觀有紅腫熱痛情形
- (五) 發燒不退且傷口劇烈疼痛。

出院後請依照醫師指示按時返診追蹤，若有問題請隨時提出，護理人員非常樂意為您服務；出院後如有任何疑問，可利用馬偕紀念醫院健康諮詢專線：台北/淡水馬偕/兒醫(02)25713760，新竹馬偕/兒醫(03)5745098、台東馬偕(089)310150 轉 311。諮詢時間：週一至週五上午 9:00~12:00，下午 2:00~5:00。

祝您 平安健康