

一、手術後注意事項

1. 依醫師指示進食，則可先喝水，若無不適即可進食。
2. 術後8小時未解小便或感覺膀胱脹無法自解尿液時，請告知護理人員。
3. 可採側躺或俯臥姿勢，以避免壓迫肛門傷口。
4. 術後當日為預防出血，肛門口會有紗布捲填塞，請勿自行取出(由醫師於隔日診視後移除)；並觀察肛門傷口出血情形，如有不斷流血或紗部潮濕之情形，應立即通知護理人員。
5. 術後隔日即可開始使用溫水坐浴(水溫以不燙手為原則)，可減輕肛門傷口疼痛及腫脹，每日2~3次及每次排便後，每次約10~15分鐘。



二、居家照護

- ✓ 出院後請繼續早晚及解便後沖洗或坐浴，坐浴後請擦拭乾淨，若有帶回之藥膏，則可敷用再覆蓋紗布即可。
- ✓ 生活作息請規律並作適當運動，2週內請勿提重物、久坐、久蹲等動作，一般坐1小時須休息10分鐘，以免影響血液循環。
- ✓ 採正常飲食，避免酒、刺激性及易產生氣體的食物，如辣椒、蒜、花生等，每日宜攝取2000-3000cc開水及高纖維食物如海帶、菜葉、穀類、筍、高麗菜、梨、桃、蘋果等，可預防便秘。
- ✓ 養成定時排便的習慣，必要時依醫師指示服用軟便劑。
- ✓ 傷口完全癒合前，偶爾會有少量出血及分泌物，此為正常現象，請勿擔憂，如出現大量出血或血流不止等現象，請立即返院治療。
- ✓ 若出院後有排便困難、有便意緊迫解不出來、便秘2天以上、及肛門旁疼痛、腫塊、大量流血不止、有膿液、膿疱，應立即返院檢查。