

痔瘡術後護理

一、飲食部分

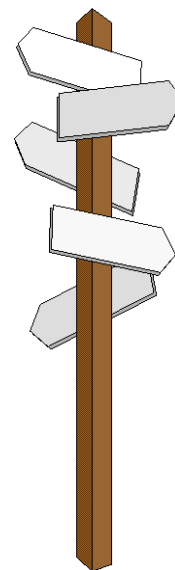
1. 攝取高纖維質的食物，如：金針、筍、絲瓜等蔬菜及木瓜、橘子、柳丁、楊桃等水果。
2. 在傷口未完全癒合前勿吃刺激性食物，如：辣椒及酒類含咖啡因的飲料。

二、正確的肛門傷口護理

1. 早晚及便後坐浴 10~15 分鐘。
2. 採舒適坐姿坐於盆內。(視臀部大小選擇適合的浴盆)
3. 坐浴時水溫保持攝氏 40~43 度之間，以促進血液循環。
4. 盆內放約二分之一的水，固定妥當放置，高度約在膝蓋以下，以防止站立時跌倒。
5. 坐浴時盆內勿加消毒藥水以免刺激傷口。
6. 坐浴後塗擦消炎藥膏再以紗布及膠布固定。
7. 勤作肛門擴約肌運動。
8. 養成規律的生活習慣：
 - 每天固定排便以防止便秘。
 - 每次排便時間勿過久，以防止腹壓過高。
 - 勿久站久坐，以防血液循環不良。
 - 勿著緊身內褲

三、定期返回門診檢查。其他需立即返診的情形：

1. 傷口血流不止或出現紅、腫、痛及膿性分泌物。
2. 排便困難有便意壓迫解不出。
3. 持續 2 天以上未解便時。



新泰綜合醫院關心您

02-29962121

制定日期:106/05/12
修定日期:114/04/06

痔瘡術後護理