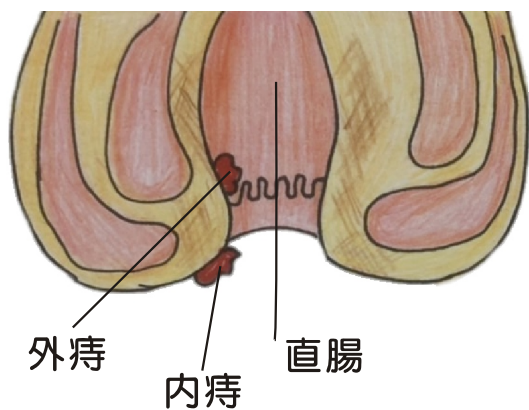


痔瘡術後 護理指導



病房 製作

諮詢專線：(04)7113456#8691

讚美專線：0809-055215

住址：彰化市中山路一段366號

服務專線：04-7113456



彰化基督教醫療財團法人

漢銘基督教醫院

CHANGHUA CHRISTIAN MEDICAL FOUNDATION
HANMING CHRISTIAN HOSPITAL

制定日期：2021年03月

修訂日期：2025年10月(三版)

51500-單張-中文-505-03

一、痔瘡術後注意事項

1. 手術後意識清醒即可進食。
2. 若要下床上廁所，請先在床上坐一陣子，待頭不暈時，最好有人扶持再下床，以防跌倒。
3. 手術後肛門會塞止血棉與紗布，並以膠布黏貼，若有便意感此為正常現象，紗布取出後，症狀會減輕，請勿自行抽出止血棉，以免造成出血危險。
4. 傷口若有滲血厲害，或疼痛無法忍受，小便解不出來時，請聯絡護理人員處理。
5. 手術後隔天，醫護人員會取出肛門口的紗布，您即可上廁所排便，排便後可開始溫水坐浴（溫度不燙手為原則）。
6. 溫水坐浴時間於早、中、晚、睡前以及每次大便後（每次約10-15分鐘）。
7. 女性患者遇生理期，請以溫水沖洗患部（每次約10-15分鐘），不用坐浴。
8. 術後可採側臥或俯臥減輕不適。

9. 禁忌：

- (1) 自行用肛門塞劑或灌腸。
- (2) 兩週內避免久站、久坐、久蹲、搬重物、騎腳踏車及劇烈活動。
- (3) 便後避免用力擦拭肛門。

二、溫水坐浴方法

1. 目的：

- (1) 利用熱增進血液循環，促進肛門、會陰傷口癒合。
- (2) 減輕傷口之腫脹及疼痛。

2. 注意事項：

- (1) 坐浴盆每次使用前應刷洗乾淨。
- (2) 坐浴盆內盛裝溫水，水溫約37-40℃之間，以不燙為原則，坐浴時間不宜太長，約10分鐘為宜。
- (3) 請採坐姿全身放鬆，不可使用蹲姿泡盆（會讓骨盆肌肉緊張）。
- (4) 若有異常或以下症狀，應立即停止，如：暈眩厲害、虛弱、冒冷汗、流血量多。



三、自行換藥方法

1. 溫水坐浴後輕輕將傷口擦乾。
2. 將藥膏塗抹在手指頭，沾約指甲片大小的藥膏量塗抹於傷口上。注意手指指甲勿過長。
3. 將塗藥膏的手指頭輕輕塗至肛門傷口上，以慢慢旋轉方式將藥膏塗在傷口上並按摩，不可以棉花棒代替手指頭，並避免由他人擦藥，以免造成傷口裂開出血及疼痛。

四、飲食生活注意事項：

1. 多吃高纖維的蔬菜水果（所有的蔬果，不限定種類）。
2. 避免刺激性食物，例如辣椒、咖啡、茶、菸酒、油炸物等。
3. 多喝水，每天約2500cc以上。
4. 多運動，避免久站、久蹲或久坐。
5. 生活作息要正常，勿熬夜。
6. 避免用力擦拭肛門。



自我評量(是非題)

- () 1. 痔瘡患者應多吃蔬菜、水果，養成每日短時間排便的習慣，要盡量避免便秘。
- () 2. 溫水坐浴時間越久效果越好。

參考資料：

吳麗彬、周繡玲、劉莉妮(2020)·消化系統疾病之護理·於劉雪娥總校閱，*成人內外科護理學下冊*(八版，410-413頁)台北市：華杏。

彰基護理部(2024)·肛門疾病術後須知(第十七版)·衛教單張。

題號	1	2
解答	0	X