

肛門手術後注意事項

1. 避免刺激性食物如：菸、酒、咖啡、辣椒…等。
2. 預防便秘，多喝水及多吃蔬菜、水果、蜂蜜等高纖維食物，以利大便通暢。
3. 養成定時排便習慣，避免長時間坐姿。
4. 便後避免用力擦拭肛門，宜以蓮蓬頭沖清洗肛門。
5. 每日二～三次及大便後，先清潔肛門再行溫水坐浴，水溫約 40.5～43°C (如洗澡水溫度)，每次 15 分鐘，促進血循及傷口癒合，排便後將肛門擦乾或塗抹醫生開立的局部藥膏即可。
6. 持續溫水坐浴，直到傷口癒合。
7. 規律生活，避免長時間坐、立、蹲或劇烈運動，多做肛門收縮及放鬆的運動。
8. 避免穿緊身褲。
9. 若有疼痛厲害、嚴重出血或出現異常分泌物時，請儘速就醫。

如您對肛門手術後注意事項
內容 瞭解 請簽名

病患或家屬簽章 _____ 日期 _____



高雄市立聯合醫院

Kaohsiung Municipal United Hospital
P8800173 103.2.10 本(100 張/本)15x21cm