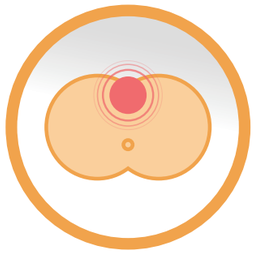
微創雷射痔瘡手術後照護須知

1. 手術後傷口照護

(1)術後4小時可進食。
(2)術後前幾天傷口可能產生腫脹，為雷射後之正常反應，若腫脹反應明顯，可用局部冰敷減輕不適。
(3)手術完成後，傷口會先以紗布覆蓋，若排尿時弄髒可以直接移除紗布。
(4)術後第一週冷水坐浴減輕腫脹，水量須超過臀部一半以上，每次15分鐘。
(5)一至兩週內可能產生些微出血及分泌物，儘量使用紗布覆蓋肛門，保持衛生及乾燥。
(6)第二週開始採溫水坐浴每日須做2-4次，增進血液循環促進傷口癒合，水量須超過臀部一半以上，每次15分鐘。
(7)術後2週內解便可能有血絲或血塊，且解便時可能產生些許疼痛，為肛門擴張造成。

2. 用藥及日常生活注意事項

(1)口服藥品有消腫，止痛及軟便之效果，請依醫師指示用藥。
(2)外用消腫藥膏，用於解便或坐浴清潔後使用。
(3)1-2天解便一次為正常範圍，解便時不需過度施力，糞便以成型軟狀為佳。
(4)術後一週避免劇烈運動，三週內避免重量訓練。
(5)術後2週內避免食用辛辣、油炸、酒等刺激性食物及吸菸，菸內所含之尼古丁會使微血管收縮，影響血液循環。
(6)每日須攝取水份2000-2500cc，多吃高纖食物，例如香蕉、蘋果、木瓜及奇異果等高纖食物，以利排便。
(7)避免服用抗凝藥物或活血食營養品，如人蔘、紅麴膠囊、魚油、薑黃等。
(8)養成規律的生活及排便習慣，便免長時間坐立即過度疲勞。