

婦科術後返家注意事項

一、傷口護理

- (一) 保持傷口清潔乾燥，傷口有紅腫熱痛或不正常分泌物，請隨時回診檢查。
- (二) 如傷口有分泌物，先用生理食鹽水清潔傷口，再用優碘消毒後保持傷口乾燥。
- (三) 美容膠至少一週換一次，若美容膠無黏性時即撕去更換，可持續使用三至六個月，來預防疤痕產生。
- (四) 若需使用抗(除)疤醫材，需等術後 10-14 天確定傷口癒合良好才可以使用。
- (五) 術後六個月內傷口偶爾會有輕微抽痛情形乃是正常現象。

二、飲食攝取

- (一) 每日攝取 2000 至 3000 毫升的水分，以利體內新陳代謝。
- (二) 少量多餐，多攝取高蛋白、高纖維、高維生素 C 之食物，以利傷口復原及預防便秘。
- (三) 勿食刺激性食物，如：咖啡、菸、酒，以避免影響傷口之復原。

三、活動

- (一) 三個月內避免從事下列活動，如：騎腳踏車、劇烈跳動、爬山、仰臥起坐、久坐久蹲及游泳，以避免骨盆充血影響傷口復原。
- (二) 術後 6-8 週內避免提超過 5 公斤的重物，以免影響傷口

復原及造成日後子宮陰道脫垂。

四、月經回復

- (一) 子宮全切除後不會再有月經。
- (二) 術後四至六週內會有少數淡紅或紅褐色分泌物，若有異常請返院檢查。

五、居家用藥

- (一) 指導出院藥物服用之時間、劑量及注意事項。
- (二) 若有使用鐵劑，解便可能呈墨綠或灰黑色，乃因藥物含鐵質所致。

六、性生活

- (一) 術後 6-8 週後，若經醫師檢查傷口癒合良好即可行性生活。

婦產科衛教系列(27)

婦科術後返家 注意事項

- (二) 過渡時期夫妻應相互配合，並多給予彼此精神上支持。

腫疼痛或有分泌物、腹痛或便秘腹瀉等，應立即回診檢查。

七、個人衛生

- (一) 如廁後，以沖洗器裝溫開水沖洗會陰部，並觀察有無異常分泌物。
- (二) 術後洗澡以淋浴為佳，避免盆浴，6週內避免自行陰道灌洗，會破壞陰道內正常酸鹼值。



衛教單張 QR Code

八、回診

- (一) 依預約回診時間至門診檢查復原情形。
- (二) 若發現有下列不正常現象，如發燒、陰道出血或分泌物惡臭、腹部傷口紅

護理部印製

諮詢專線：03-3613141 轉

7285、7286(婦產科病房)

110.03 版 825061 B4-072

聖保祿醫院