

## 出院照護指導須知單

出院日期：\_\_\_\_年\_\_\_\_月\_\_\_\_日 主治醫師姓名：\_\_\_\_\_ 病人名條粘貼處

\_\_\_\_\_女士/先生，您好：

恭喜您即將出院！本院醫護同仁仍關心您出院後的照護，故以下有幾點事項須提醒您，請與我們共同維護您的健康！

大腸直腸癌患者術後衛教

※請依醫師指示按時服用藥物※

### 飲食：

(一) 患者術後易消化困難、腹部脹氣，建議術後二週內應以「軟質、適度高纖食物」為主，建議病人採半流質或是軟質食物，以便於消化、吸收。剛開始進食會有腸子絞痛或腹瀉情形，若有腸子絞痛、腹脹、腹瀉情況頻繁等不適之情況，必須告知醫師以便予進一步之處置。

(二) 術後一個月內，應少吃糯米、芭樂、鳳梨、堅果等高纖粗渣食物，儘量選擇低渣飲食

(三) 腸道手術後食慾變好的病友應少量多餐，還要細嚼慢嚥，以利消化，也減輕腸道負擔。

(四) 食慾不佳的病友則應多吃高蛋白飲食，多吃魚、肉、蛋、還有乳糖含量較牛奶低的優酪乳，必要時還要搭配營養補充品，以補身體恢復所需熱量和蛋白質的不足，且避免攝取易產氣性、全奶、冰冷、刺激性的食物。

### 居家照顧：

1. 手術後6個月內避免提重物。
2. 應確實遵照醫師建議的時間回診追蹤和檢查。
3. 保持每日溫和及適量的運動。
4. 避免有便秘的情形，應養成每日排便的習慣。
5. 維持正常的生活作息。
6. 心靈上可選擇宗教信仰來寄託。
7. 保持愉悅的心情。
8. 在身體狀況許可下，可恢復正常的社交生活和旅遊活動。
9. 家人和朋友應給予支持、鼓勵和適當的關懷。
10. 若已經是癌症末期的患者，應給予心理上的情緒支持。

※如無特殊不適症狀，亦請回門診追蹤檢查※

總機：(03) 5261122 轉 150、170 (急診室)

預約專線：(03) 5266-266

◆. 請於\_\_\_\_年\_\_\_\_月\_\_\_\_日返回門診追蹤。

◆. 出院帶藥：



南門綜合醫院

關心你的健康

SE01701

### 【大腸直腸癌患者術後衛教出院照護指導】

病患標籤

以上衛教說明，如果您已了解，請幫我們簽名：謝謝！

衛教人員/病患或家屬：\_\_\_\_\_。 衛教日期：\_\_\_\_\_