

## 術後の気になる点は？

手術直後の痛みは？

排便の仕方



肛門が十分開くように思い切って足を広げ、さらに両手でお尻を引っ張り上げてする

ガスの出し方



二つ折りにした座布団をお尻の下に置き、仰向けになって膝の裏を抱えて丸くなる

#### 女性の排尿



カラダを十分に前に倒して行うとしみない

#### 座浴の仕方



便器の上に洗面器を置き、ぬるま湯を入れてつかる

手術時の麻酔の効果が2~3時間持続しますので、その間の痛みはありません。しかし手術後には傷が残っていますので、麻酔が切れると少し痛みが出てきます。その時は、仰向けに寝るのではなく、横向きで膝を曲げ、肛門に力を入れないようにして下さい。そうすると少し楽になります。現在の手術は、昔と違い苦しむ程の痛みではありませんし、徐々に軽くなっていきますから安心して下さい。

## **排便時の痛みは？**

通常手術後 2 日目に最初の排便がありますが、その時はやや痛みがあると思います。しかし、排便姿勢にさえ気をつければそれほどではありません。痛みを恐がって便を我慢すると、便秘になり、よけいに痛くなるのでよくありません。おしりの傷は排便をしながら治していくものです。

## **排便後の処置は？**

排便のあとは、坐浴などでおしりを洗い、そのあと十分に乾燥させておきましょう。洗っても、濡れたままだとかえって傷によくありません。

## **出血は？**

排便時に紙につく程度の出血をみることがありますが、これは開放してある傷口からの出血なので問題ありません。傷の治りとともに止まってきます。出血が多く、かたまりとして出たり、下痢するように出る場合は、医師に相談して下さい。

## **特別な食事？**

特別な食事制限はありません。手術当日や 1 日後はお粥程度のものになることが多いですが、その後はふつうの食事になります。排便の痛みを気にしてあまり食べない方がいますが、むしろしっかり食べてきちんとした排便習慣をつけて下さい。

## お風呂に入れる？

入れます。お風呂に入ることは、清潔になり、傷も早く治ります。極端な長風呂は傷によくありませんが、毎日お風呂に入って下さい。

## 化膿しない？

便にはたくさんの細菌が含まれていますから、排便の後はよく洗って下さい。傷をよく洗って清潔にしていれば化膿することはありません。

## 後遺症は？

現在行われている手術法は痔核部分だけを取り除く結紮切除術という方法です。正常部分は残しますから後遺症はほとんどありません。

## 再発しない？

ALTA（ジオン注射）の場合は炎症性の硬結の粘膜や外痔が腫れたりすることがあります（10%程度）が、根治術では痔核部分は取り除かれますから、再発することはありません。しかし、痔核の主な原因は便秘です。トイレで10分以上いきむことが何十年も続くと手術をした部位以外に痔核が生じることがあります。日常生活には十分気をつけましょう。

## 退院後の注意点



退院といっても完全に治ったわけではありません。痔核は手術で取り除かれましたが、手術後の傷はまだ残っています。この傷を上手に、そして早く治すには次のことをよく守って下さい。

### **おしりはいつも清潔に。**

肛門は便の通り道、どうしても汚れやすいところですが、汚れたままでは傷の治りによくありません。排便後は坐浴などでおしりを洗い、そして十分乾燥させておくことが大切です。

### **下痢や便秘をしない**

便秘によるかたい便で傷がさけたり、下痢で傷が刺激されたり、どちらもよくありません。便通の調整に心掛けましょう。

### **肛門に負担をかけない。**

お腹に力を入れるような動きや、自転車に乗ること、長時間の同一姿勢は肛門に負担をかけることとなります。しばらくはおしりにやさしく。

### **医師の指示を守る。**

手術の是非は、術後の管理で決まるほどです。指示はきちんと守って下さい。また、症状に応じてお薬が出されますので正しく使用して下さい。軟膏や座薬は、排便時の潤滑剤としての役割を果たしますから、夜に使うのも効果的です。

# 術後服用されるお薬



術式により処方されないお薬もございます

肛門痛 狭窄予防のためのお薬 ニカルジピン軟膏の使用方法





処方された坐薬に上記のようにニカルジピン軟膏をつけて使用してください。

## 術後患者さまへ

- 1.術後は浸出液などがでて下着が汚れます、ナプキンなどを使用してください。
- 2.手術翌日より入浴されてください 座浴が可能なら頻回に行ってください。
- 3.出血 発熱 疼痛増強があればへ連絡ください。
- 4.自転車や激しい運動は2週間程度控えてください。
- 5.処方されたお薬は指示どおり使用してください。 不明な点は問い合わせください。
- 6.上記以外でも疑問点などあればお問い合わせください。

**友寄クリニック (098-855-0852)**