

## 為微創外科手術後的快速康復作準備

### *Preparation for Enhanced Recovery after Minimally Invasive Surgery*

#### 手術前

---

- 可能會要求您做簡單的運動，為手術做準備。請按指示鍛煉。
- 在手術前一天沒有飲食禁忌，您可以吃您想吃的東西。
- 從術前的半夜十二點開始，您只可以繼續喝澄清的液體。
- 如果為您提供了 Boost Breeze® 一種富含碳水化合物的飲料，您應該在到達前 4 小時到 2 小時之間飲用。
- 如果您沒有 Boost Breeze®，您可以用 16oz 的 Gatorade® 或過濾後的蘋果汁代替。
- 在到達前 2 小時的時候，您必須停止飲水。如果您繼續飲水，或者在半夜十二點到到達前 2 小時的時候飲用水或 Boost Breeze® 之外的東西，您的手術將因為安全的原因被取消。

#### 手術當晚

---

- 如果您感覺良好、疼痛得到控制，有可能您在手術當天就可以回家。如果是這樣的話，您在回家之前會收到出院指示。
- 如果您當晚留院，您的護士將在術後 6 小時的時候幫助您下床。
- 您的導尿管在術後 6 小時的時候很可能被取出，您將可以自主排尿。
- 您將可以獲得口服止痛藥，確保您盡可能地舒適。

#### 術後翌日的早上

---

- 術後的第一餐，您很可能可以吃正常的飲食。
- 如果您在醫院過夜或在手術當天出院，必須有一位負責的成年人在場聽取您的護理相關指示以及送您回家。
- 取決於手術的類型，您的醫生可能囑咐您在家注射藥物，以防止血栓。在手術翌日的早上，一名護士將指導您或家人如何給自己打針；需要在術後持續 4 周。

#### 回家

---

- 術後您將感覺酸痛，可能需要服用止痛藥。
- 您應該考慮在家恢復期間請家人或朋友幫忙
- 如果您在康復階段有擔憂，可以致電外科醫生辦公室，電話 415-353-9600。