

痔疮术后须知及居家照护

- 定义
- 原因
- 症状
- 术前准备
- 术后须知
- 居家照护

一、定义

痔疮是直肠和肛门处静脉发生脱垂的现象,是一种普遍的肛门疾病,可分为内痔、外痔及混合痔。

二、原因

- (一) 饮食因素：过量饮酒、喜食辛辣食物、精细食物、饮食过饱。
- (二) 慢性疾病：肝硬变、心脏功能代偿不全、腹腔内肿瘤、前列腺肥大。
- (三) 遗传因素。
- (四) 其他：便秘、腹泻、久站久坐。

三、症状

- (一) 疼痛：解便时可能因裂伤或血栓导致肛门疼痛。
- (二) 便血：解便时会有鲜血产生。
- (三) 脱出：解便时会产生痔核脱垂。
- (四) 瘙痒：肛门出现瘙痒现象。

四、术前准备

- (一) 完成各项的检验、检查, 及各类同意书的填写。
- (二) 手术前一天晚上 12 点后, 不要再进食任何东西, 包括开水。
- (三) 手术前, 需将身上所有饰品及辅助物, 如活动假牙、隐形眼镜取下, 并去除化妆品及指甲油。进入手术室时病患服前后反穿, 内衣裤脱掉。

五、术后须知

- (一) 手术后为硬膜外麻醉者, 需平躺 6-8 小时。
- (二) 下床时须有家人陪伴, 动作缓慢, 先在床上坐一会儿无头晕等不适再下床, 避免跌倒。
- (三) 可以进食时, 应先吃少量食物, 并且避免进食容易产气的食物, 如豆类、奶类及刺激性食物, 如辣椒、咖啡、茶等, 多进食含纤维较多的蔬菜, 如青菜、白菜等。
- (四) 术后医师在肛门处塞有凡士林纱布, 不可自行取下, 于隔日早上由医护人员移除纱布或遵医嘱嘱咐后移除。
- (五) 若伤口出现疼痛、出血情形, 及时告知护理人员。
- (六) 术后出现解尿困难处理

1. 依照个人习惯调整舒适姿势，若用蹲的就用蹲的，习惯用坐的就用坐的。
2. 打开浴室水龙头听流水声。
3. 用手加压下腹部或给予冰或热敷，以利小便排出。
4. 必要时给予导尿。

（七）碘伏坐浴方法

1. 坐浴盆装入温水 1/2 至 2/3 满，并将碘伏倒入 3-5 瓶盖，温度以不烫手为原则，将坐浴盆个放置在马桶上。
2. 将伤口完全浸泡水中，每次约 5-10 分钟。
3. 次数：每日约 3-4 次，可于早晚各一次及解便后或疼痛厉害时皆可执行碘伏消毒温水坐浴。

六、居家照护

- （一）伤口：若伤口出现红、肿、热、痛、出血或脓性分泌物需立即就医。手术后伤口疼痛会持续 7 至 14 天，故回家后仍需按时的服药及继续碘伏坐浴。
- （二）活动：为预防伤口出血，一周内禁提重物或骑脚踏车、摩托车，避免久站或久坐。
- （三）饮食：请勿吃刺激性食物，如辣椒等，不宜喝酒，宜多摄食高纤维食物，如金针菇、地瓜叶、竹笋、香蕉、木瓜、菠萝、柚子、奇异果等，多喝开水（2500 毫升以上）。
- （四）其他：日常作息规律，勿熬夜。养成每天定时排便的习惯，如厕有困难时，可先坐浴使肌肉放松，减轻疼痛再如厕。