



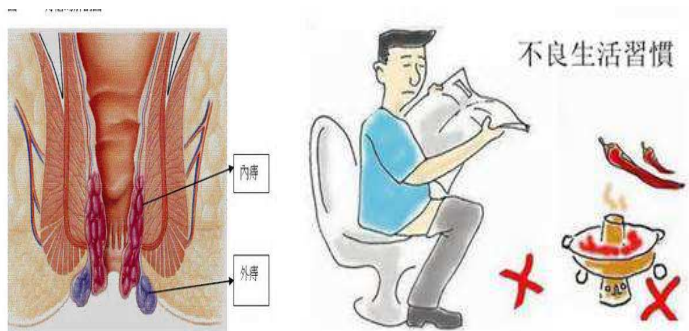
認識痔瘡

一、定義：

痔瘡是每個人都有的身體狀況，是人體組織的變化，只會肥大不會縮小；但在習慣上，一般有症狀或腫大時才稱之為『痔瘡』。痔瘡位於肛門管，以肛門齒狀線為界，分為內痔和外痔，同時發生則稱為內外痔或混合痔。

二、誘發的原因：

- 1.職業上長時間久坐或久站者。
- 2.持久性用力如：舉重或勞動者。
- 3.長期腹壓增加如：懷孕、慢性便秘、慢性咳嗽或腫瘤。
- 4.門脈壓增高者如：肝硬化。
- 5.其他：刺激性食物、年老、肛門感染、內分泌失調等都有可能導致。



三、症狀：

- 1.內痔：出血、疼痛、搔癢。
- 2.外痔：疼痛、搔癢、腫塊突出、出血、肛門分泌物。



四、術後注意事項：

- 1.飲食衛教：術後當天即可進食全流飲食，如蒸蛋、布丁、豆花等食物，隔日即進食乾飯及高纖食物，例如：綠色蔬菜及水果等。
- 2.觀察出血：術後觀察傷口有無出血情形，若有異常請通知醫護人員。
- 3.排尿困難：術後因傷口疼痛及肛門腫脹可能引起排尿困難，則護理人員會教您誘尿方法，如果無效 6~8 小時仍未解尿或膀胱脹時則會為您導尿，或暫時性插上尿管使用。
- 4.溫水坐浴：排便後或傷口疼痛厲害時，皆可溫水坐浴，次數不限。

(1)目的：

- ①增加局部血液循環。
- ②預防傷口感染及維持清潔。





③濕潤縫線並使肛門括約肌鬆弛，以減輕疼痛。

(2)方法：水量約坐浴盆 1/2 滿，水溫宜沐浴溫度，可促進消腫作用，坐浴時間約 10～15 分鐘，時間不宜太長。

5.傷口護理：坐浴後請塗抹消炎藥膏於傷口上，並覆蓋紗布即可（非經醫師指示，請勿自行服用瀉藥及灌腸）。

6.傷口疼痛：術後可按時服用止痛藥或溫水坐浴來減輕疼痛。

7.排便問題：

(1)術後盡量以乾飯代替稀飯或粥，並多攝取高纖蔬果，且須足夠水分以利排便。



(2)傷口未完全癒合前，排便偶爾會有少量出血及分泌物是正常現象不需擔心，但如果大量出血，甚至血流不止則需通知醫護人員。

(3)不要任意服用瀉藥或軟便劑，以免傷口污染而導致肛門狹窄。

五、出院注意事項：

1.出院後飲食習慣及生活作習應正常，且需攝取足夠的纖維質及水分，切勿吃刺激性食物（如：辣椒、酒），不熬夜，每日可做適當的運動。

2.出院仍須繼續溫水坐浴，方法及時間相同，請勿自行加入其它消毒藥水，以防刺激傷口。

3.一般傷口縫線會自行脫落（不需要拆線），偶爾有縫線掉落或留在傷口時，請勿驚慌，可於回診時剪除。

4.術後兩個禮拜內如有大量出血情形，最常見原因為大便太硬，所以適當的食物、運動、水分及養成每日排便習慣是重要。

5.出院後若有任何的疑問，可於回診時請教醫護人員。

