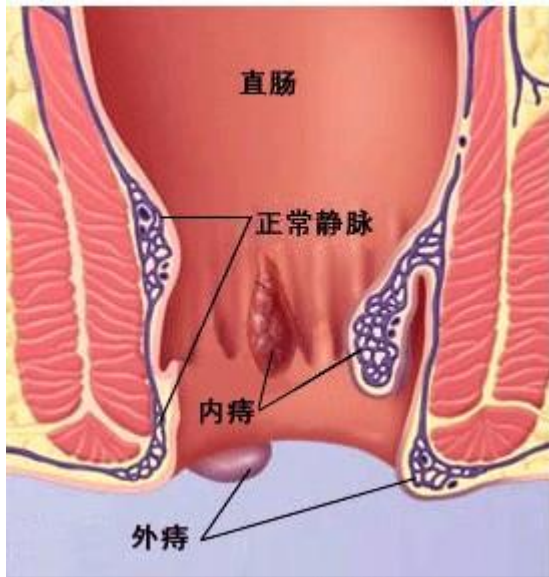


痔瘡及手術後注意事項



一、何謂痔瘡：

痔瘡就是肛門口周圍靜脈不正常曲張或變大；主要是因為靜脈的回流不好，使血液鬱積在下面，造成靜脈壓力增加，如便秘、懷孕、長期站立或久坐。

(一)痔瘡分類：

1. 內痔：在齒狀線上方，因為此位置有黏膜覆蓋及有自主神經支配，對疼痛比較不敏感。
2. 外痔：在齒狀線下方，由體神經支配，對疼痛非常敏感。
3. 混合痔：合併有內、外痔者大部分患者屬於此類。

(二)內痔分級：

1. 第一級：痔瘡仍在直腸內，未脫出肛門口。
2. 第二級：用力或解便時痔瘡可能脫出肛門口，且會自行回縮。

3. 第三級：痔瘡脫出肛門口後無法自行回縮，需藉外力推回肛門內。

4. 第四級：痔瘡完全脫出肛門口，無法推回肛門內。

二、診斷方法：

以肛門視診、肛門指診及直腸鏡檢查即可診斷。

三、症狀：

內痔一般不會感覺到痛，最常見的症狀是解便時肛門流鮮紅色的血、肛門搔癢、異物感、痔核脫出。

四、治療方式：

痔瘡一旦形成，即不可能痊癒，故最好的治療即是預防：



- 最佳預防方法為維持排便順暢，常多吃蔬菜水果、多喝水、多運動。
- 痔瘡若不嚴重一般使用非手術療法即可，如服用軟便劑、局部使用藥膏、肛門塞劑及溫水坐浴即可緩和症狀。
- 對於出血量很多或第三度以上的內痔，則可考慮手術切除；手術一般以半身麻醉方式；住院期間約四天。

五、術前或術後自我照顧方法及注意事項：

1. 平時自我照顧：

- 於排便後用溫水沖洗肛門，避免用力擦拭肛門。
- 痔瘡脫出引起腫脹疼痛，可局部使用冰敷，以減輕疼痛。

2. 術後注意事項：

- 手術後傷口疼痛可用止痛劑。
- 手術後六到八小時小便解不出來時，告知護理人員處理。
- 手術後第一天開始，使用溫水坐浴，一天3次，以減輕傷口疼痛及腫脹。
- 服用軟便劑以利排便。
- 一般手術後24小時內易發生出血情形，若有大量出血應即告知醫護人員，亦可能發生在手術後7-10天。

六、居家照顧：

1. 避免長期久站、久坐、熬夜，預防便秘。
2. 攝取高纖維食物：如蔬菜、水果。
3. 每日攝取2000-3000cc水分，預防便秘。

4. 避免刺激性食物，如：麻辣鍋、酒。
5. 養成定時排便習慣，儘量不用力解便。
6. 手術後傷口有紅、腫、熱、痛、出血膿性分泌物時，立即就醫。



參考資料來源：成大總院 8B
 製作單位：5W
 製作日期：111.02
 修訂日期：113.06
 DL-05-2- 002