

~擺脫痔瘡 不再坐立難安~

痔瘡是一種常見且令人感到困擾疾病，往往因顧及個人隱私，對於自己的病況難以啟口，而延誤治療。

一、常見症狀

- 1.解便時會有鮮血產生。
- 2.解便時可能因肛門裂傷或血栓導致肛門疼痛。
- 3.解便時會產生痔瘡脫垂。
- 4.肛門有搔癢及灼熱感現象。



圖：

<https://kknews.cc/health/28bky5z.html>

二、治療方式

1.藥物治療

- (1)服用軟便劑、輕瀉劑。
- (2)使用局部麻醉劑、抗發炎製劑，使黏膜收縮減輕疼痛及搔癢感。

2.飲食治療

- (1)增加水分攝取，每日 2500ml(含)以上。
- (2)蔬果類纖維質攝取，以利糞便排出。

3.保守治療方式

- (1)溫水坐浴。
- (2)橡皮帶結紮：治療內痔常用方法，藉由阻斷痔瘡血液循環，使組織壞死及脫落。

4.外科手術痔瘡切除。



圖：健康醫療網

三、手術後照護

- 1.術後肛門內會塞紗布並以膠布黏貼其主要目的為加壓止血，若有便意感此為正常現象，請勿自行抽出紗布以免造成出血的危險，術後隔天可將傷口外面紗布取出，即可上廁所排便並開始溫水坐浴，至少持續兩週。
- 2.注意傷口是否有出血情形，若有些許血水，仍為正常情況。

3.術後肛門周圍疼痛時間約1~2週，醫師會開立止痛藥服用，如有傷口疼痛時請告知醫護人員，會進行傷口及疼痛評估，請勿忍痛過度，影響傷口癒合。

四、溫水坐浴目的

- 1.促進血液循環及傷口癒合。
- 2.鬆弛肌肉組織，減輕疼痛。
- 3.保持傷口乾淨，預防感染。
- 4.刺激排尿、排便反應。



圖：

http://www.sharetify.com/2017/12/blog-post_69.html

五、溫水坐浴方法

- 1.以大臉盆裝水 1/2 至 2/3 滿，水溫以不燙手為原則，坐浴時請勿任意加入其他消毒藥水。
- 2.請於早、午、晚、排便後或疼痛厲害時，執行溫水坐浴，需將傷口完全浸泡水中，每次約 5~10 分鐘。

六、自行換藥方式

- 1.解便後及坐浴後避免用力擦拭肛門，使用乾淨的毛巾以按壓方式吸乾臀部水份。
- 2.將藥膏塗抹在食指。
- 3.將塗藥膏的手指頭輕輕深入肛門內，深至約 1~2 指節處，慢慢旋轉將藥膏塗在傷口上並按摩。不可用棉花棒代替手指頭、盡量避免由他人擦藥，以免造成傷口裂開出血及疼痛。
- 4.坐浴後每天塗藥膏 2~4 次，最少持續 2 星期。

七、出院後注意事項

- 1.應避免久站、久坐、提重物、用力解便或劇烈活動等情形而影響傷口癒合。
- 2.每日攝取 2000-3000ml 的水份；飲食請多攝取蔬果類。
- 3.傷口如有紅、腫、熱、痛、大量出血、膿性分泌物，請返院就醫。

參考資料：內外科護理(上冊四版)(833-836 頁) // 台北市：華杏；健康醫療網

製作單位：護理部 11C 護理站

諮詢電話：07-3351121 轉 1172