

痔瘡照護

修訂日期：110 年 4 月

一、什麼是痔瘡？

- 1、痔瘡(Hemorrhoid)又稱痔核，是肛門內側的靜脈叢充血，有時會發生血栓或輕度感染。
- 2、通常以齒狀腺為分界，發生在齒狀腺之上稱為內痔，之下稱為外痔。

二、病因

- 1、排便時過度擠壓肛門，如便秘。
- 2、肛門血液回流不好，如懷孕、肝硬化、心臟衰竭。

三、症狀

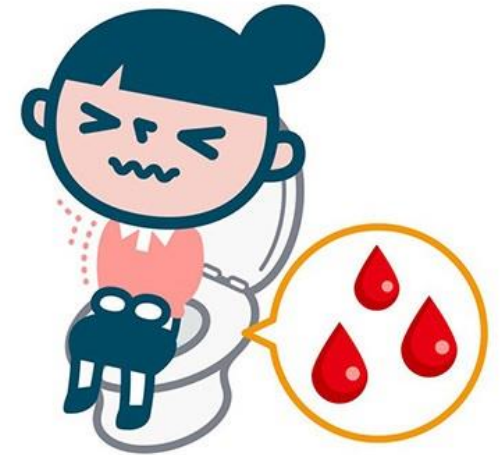
肛門周圍有搔癢感、可摸到突出物、排便困難、便血、痔核脫出或感染潰瘍。

四、治療方法

1. 藥物治療：以肛門栓劑或軟膏促進肛門周圍血液循環，減輕疼痛。
2. 手術治療：外科切除、橡皮筋結紮法、痔瘡環狀切除手術。

五、自我照護

- 1、注意飲食，每天至少攝取 2000~2500cc 的水分。
- 2、多吃蔬菜、水果等高纖維食物，避免刺激性食物。
- 3、避免長時間的坐立，熬夜及過度疲勞或劇烈運動。
- 4、肛門如有腫大時，可以溫水浸泡 5~10 分鐘。
- 5、養成良好排便習慣，勿久蹲馬桶，排便後立即做提肛收縮動作。
- 6、注意肛門局部清潔、乾燥，便後用水沖洗肛門，千萬不可用手指搔癢，以免抓破痔核或附近的皮膚造成感染。
- 7、使用灌腸劑與瀉藥易養成習慣，請避免自行購買使用。如有便血、尿液貯留等異常發生時，應立即找直腸外科就診。



~ 如對內容有疑問，請洽詢護理人員或醫師 ~

清海醫院護理科
地址：台中市石岡區金星里下坑巷 41-2 號
電話：(04)2572-1694

