



高雄市立小港醫院（委託財團法人高雄醫學大學經營） 認識痔瘡及其照護

痔瘡是指直腸和肛門處發生靜脈擴張的現象，常見的原因為懷孕、門脈高壓、長期便秘導致腹內壓升高、或長久站立或端坐姿勢使靜脈回流受阻所致。痔瘡分內痔、外痔兩類，可採內科及外科治療法，以下分別介紹其各類別的照護注意事項。

一、分類

- (一) 內痔：是上、中直腸靜脈叢的靜脈擴張。當排便時造成黏膜受損引起出血，長期會導致貧血、便秘或糞便變細。
- (二) 外痔：是下直腸靜脈叢擴張。對疼痛和溫度都很敏感，若過度用力造成高靜脈壓，使靜脈擴張，此時肛門口會極為疼痛且腫脹，亦有可能造成血栓性外痔。

二、治療

- (一) 內科保守治療：
 - 1. 適用於第一度及第二度痔瘡。
 - 2. 每日液體的攝取 1500-2000ml 及高纖維食物，如蔬菜、水果、穀類、全麥麵包等。
 - 3. 避免便秘及久坐，可行溫水坐浴，每天二至三次，每次五至十分鐘。
 - 4. 藥物可採用局部藥膏塗抹或使用栓劑，如果藥物未能改善症狀，需以外科手術來治療。
- (二) 外科手術治療：

第三、第四度痔瘡宜採外科手術治療，手術時以半身或靜脈麻醉即可，須住院 1-2 日。手術僅將痔瘡血管組織切除，並不會傷及括約肌，術後不會有排便失禁的現象，此為根本的治療方法。

三、手術前照護重點

- (一) 依醫囑接受抽血檢查、胸部 X 光檢查或心電圖檢查。
- (二) 填妥各項檢查及相關同意書(如：麻醉同意書與說明書、手術同意書與說明書)。
- (三) 勿化妝或塗抹指甲油(含光療指甲)。
- (四) 禁食 8 小時，包括開水、口香糖及抽菸。
- (五) 保持靜脈輸液通暢。

(六) 如有服用任何抗凝血藥物請提早告知醫師。

四、手術後照護重點

- (一) 飲食：返室後須禁食約 2 小時，若無噁心嘔吐的情形，可逐漸採軟質至高纖飲食，例如稀飯、蕃薯、馬鈴薯、燕麥、糙米、大麥、蔬菜(花椰菜或紅蘿蔔等)。
- (二) 傷口照護：手術後當天即每日 3-4 次及解便後執行肛門溫水坐(沖)浴，每次 10-15 分鐘後擦乾，再敷上藥膏於傷口周圍，並蓋上紗布，術後幾天傷口會有少量血水及分泌物流出，可穿三角褲並使用衛生棉墊於肛門傷口處保持清潔。每日檢查並注意傷口是否有紅、腫、熱、痛情形，若肛門內有塞棉捲是為了止血，當日或隔日會移除棉捲，若持續出血，須立即告知醫護人員。
- (三) 姿勢：術後無限制採何種臥位，但俯臥或側臥會較為舒適。
- (四) 緩解尿滯留：術後若有無法解尿的情形，可於坐浴或會陰沖洗後獲得改善。

五、居家照護注意事項

- (一) 按時返診：請於出院約一週後回診，讓醫師診視傷口狀況，術後傷口不需拆線，縫線會於 7-14 天自行吸收或脫落。
- (二) 立即返診徵象：若出現傷口感染的徵象，如發燒、寒顫、傷口痛、腫脹和化膿分泌物等，須立刻就醫。
- (三) 避免便秘：可攝取高纖維食物，如木耳、金針、香菇、地瓜葉、竹筍等；水果如香蕉、木瓜、鳳梨、柑橘等)。及每日飲用 1500-2000ml 的水份；避免刺激性食物，如太油、太辣、高咖啡因及喝酒等；避免久坐，保持適當的活動量，如快步走、慢跑、輕鬆運動、韻律體操、游泳等，以刺激腸蠕動。

若您返家後有任何疑問，歡迎洽詢總機電話(07)8036783 轉 3552、3553(5N 病房)、3608、3609(6N 病房)或 3808、3809(8N 病房)

小港醫院外科病房關心您