



大腸直腸肛門疾病癥狀系列報導 (46B)

大腸直腸外科醫師 熊維羆

大腸直腸肛門疾患簡介 痔瘡 (六)

預防 預理

續前文

(3) 注意孕期保健：婦女妊娠後可致腹壓增高，特別是妊娠後期，下腔靜脈受日益膨大的子宮壓迫，直接影響痔靜脈的回流，容易誘發痔瘡，此種情況在胎位不正時尤為明顯。因此懷孕期間應定時去醫院複查，遇到胎位不正時，應及時糾正，不僅有益於孕期保養，對於預防痔瘡及其他肛門疾病，也有一定的益處。另外懷孕婦女一般活動量相對減少，引起胃腸功能減弱，糞便停留於腸腔，糞便中的水分被重吸收，引起大便乾燥，誘發痔瘡。因此懷孕期間應適當增加活動，避免久站，久坐，並注意保持大便的通暢，每次大便後用溫水熏洗肛門局部，改善肛門局部血液循環，對於預防痔瘡是十分有益的。

(4) 保持肛門周圍清潔：肛門，直腸，乙狀結腸是貯存和排泄糞便的地方，糞便中含有許多細菌，肛門周圍很容易受到這些細菌的污染，誘發肛門周圍汗腺，皮脂腺感染，而生瘡癤，膿腫。女性陰道與肛門相鄰，陰道分泌物較多，可刺激肛門皮膚，誘發痔瘡。因此，應經常保持肛門周圍的清涼，每日溫水熏洗，勤換內褲，可起到預防痔瘡的作用。

痔瘡注意事項是什麼呢？得了痔瘡，我們除了治療以外，還應該注意些什麼呢？那麼痔瘡注意事項有哪些呢？下面是痔瘡注意事項。

1. 痔瘡治療應“及時”，“規範”。痔瘡如有脫出，出血

等症狀要及時治療，如果久拖不治，會出現被卡在肛門的“嵌頓”現象，引發劇痛。

2. 有病切勿亂投醫。所謂的中藥治療，系用強腐蝕劑塗抹，此種不科學的治療手段所引起的併發症不但延誤病情，而且增加患難與共者痛苦。

3. 避免檢查漏診，誤診問題，貽誤病情的治療。這也是治療痔瘡注意事項。專家指出，只有進行了精確的診斷，才可能做出科學的治療。

4. 術前壓力需重視：很多痔瘡患者害怕手術希望保守治療，患者往往擔心手術疼痛，手術出血，手術復發等問題。另外，醫生的幫助對減輕患者的心理壓力也十分重要。

以上介紹了痔瘡注意事項的知識，相信大家對痔瘡注意事項有了一定的瞭解。

痔瘡患者居家注意事項

1) 養成良好的大便習慣：每天最好大便一次，而且定時，不要太匆忙也不要太久，太匆忙可能會解不乾淨。如果解的太久，或大便時看報紙或雜誌，老是使括約肌有一定張度，將使靜脈血返流不易，而造成痔瘡。

2) 經常保持肛門及附近之乾淨：排便清潔後最好再泡溫水10分鐘，如只用衛生紙擦拭，總會留下一些糞便渣於肛門內外，



易使痔瘡惡化產生濕疹。

3) 避免熬夜，喝酒或吃辛辣，油炸，花生等刺激性食物。

4) 多吃高纖維食物，以促進排便順暢，如葉菜類，糙米，地瓜等。

5) 避免增加腹壓的激烈運動，不宜時常蹲著或久坐不動。

6) 避免一直保持同樣動作，為去除瘀血，偶爾應做些輕微的運動。(坐著工作的人每隔一小時最好能走動三、四分鐘)

7) 灌腸劑與瀉藥之使用，都易養成習慣，故要避免自行購買使用。

8) 有異常感覺，如大便帶血，立刻找大腸直腸外科大夫就診以與大腸癌作鑒別診斷，勿聽信密醫或廣告，以免弄巧成拙，而延誤就醫。

9) 輕度痔瘡可以採取保守療法，以坐浴及肛門塞劑治療，發炎時刻配合口服消炎止痛藥。急性發炎腫脹時，通常要治療一至二星期才會見效。若病情嚴重則

需要以外科手術處理。

衆所周知痔瘡是一種常見的大腸疾病，是直腸下段黏膜下和肛管皮下靜脈叢發生擴張，曲屈所形成的靜脈團塊。主要

病因有解剖因素，腹內壓增高或長期飲酒及食辛辣之食物，久坐久站等。痔瘡手術後護理要點主要是幫助病人過四關：疼痛，尿瀦留，便秘和出血。對肛門的日常護理可以預防痔瘡的生成，罹患了痔瘡的人更不用說了，就是那些自認為與痔瘡毫無關係的人們應該特別注意肛門健康，肛門的護理與身體的整體護理密切相關，希望讀者們能夠早日意識到這一點，儘早採取行動。接下來就介紹一下有關於痔瘡手術前注意什麼。

割痔瘡並不是去醫院直接就能操作的，它術前術後都有一定的注意事項，本文介紹四項痔瘡手術前檢查：血液檢查，尿液檢查，肝功能檢查，心電圖檢查。

(1) 血液檢查：通過紅血球，白血球計數，及中性細胞，淋巴細胞的測定，來監測人體機能的狀況。通過血小板計數及出凝血時間的測定，來確定手術是否能正常進行，判斷術後可能出現的併發症。(2) 尿液檢查：來確定腎功能及代謝系統是否正常，是否有尿路感染，保證腎功能不會因手術而損害。確定便血狀況及寄生蟲情況，以判斷痔瘡是否合併有其他病症。尿糖不正常者，應進一步作血糖測試，除外糖尿病，防止術後傷口延遲癒合或不癒合。(3) 肝功能檢查：加強對術者保護，或防止院內交叉感染肝炎病毒。(4) 心電圖檢查：對青年人主訴或病史中有過心臟症狀者，或中年以上者，均應常規作心電圖，防止術中誘發或刺激加重心臟血管疾患。

以上四項痔瘡手術前檢查是有必要的，有些患者可能會以為：“不就割痔瘡嗎？哪兒那麼多事兒？”這是不正確的，準確檢查身體狀況，才能避免手術給身體帶來不良的影響。

(待續)



大腸直腸診所

熊維羆 醫學博士

電話: 702-586-6688 (精通國、英、西班牙語) 傳真: 702-586-9988
6080 S. Durango Dr., #105, Las Vegas, NV 89113