

⑦坐浴時若有頭暈、冒冷汗、心悸等不適狀況，可能是空調不良或姿位性低血壓引起，請即暫停坐浴，休息一下應能改善。避免水溫過熱或採漸進性延長坐浴時間，可減少上述不適情況發生。

#### 八、日常照護：

1. 養成良好的排便習慣，不可久坐馬桶。
2. 避免便秘或下痢。
3. 平日多吃蔬菜、水果等高纖維食物，避免酒類、油炸及辛辣等刺激性食物。
4. 養成規律的生活習慣、適當運動及休息，避免熬夜。
5. 坐或站立時，避免一直保持同樣姿勢，久坐工作者每隔一小時最好能走動3~4分鐘。
6. 使用灌腸劑與瀉劑都易養成習慣，故應避免自行購買使用。
7. 有異常現象時，如大便帶血、肛門口有腫塊，應立刻找直腸外科醫師就診；勿聽信密醫或廣告，以免弄巧成拙。

地址：高雄市824燕巢區角宿里義大路1號

電話：07-6150011

網址：edah@edah.org.tw

本著作權非經著作權人同意不得轉載翻印或轉售

著作權人：義大醫院

表單編號：HA-1-0036(2)

義大醫院 20X20cm 100.09印製 100.05月修訂

## 認識痔瘡及注意事項



義大醫院

E-DA HOSPITAL / I-SHOU UNIVERSITY

編印

## 認識痔瘡及注意事項

### 一、定義：

直腸末端，肛門周圍動靜脈叢發生病變，形成血凝塊，即稱為痔瘡；可分為內痔、外痔及混合痔。

### 二、形成原因：

1. 排便時，長時間過度擠壓肛門，如便秘。
2. 肛門血液回流不好，如懷孕、肝硬化、心臟衰竭。
3. 天生痔瘡血管叢缺乏瓣膜。

### 三、症狀：

1. 肛門疼痛：外痔部分腫脹，或有血栓造成疼痛。
2. 出血：因痔瘡組織內血管充血，加上反覆脫出易造成黏膜破裂、出血。
3. 肛門搔癢：「肛門軟墊組織」功能受損，以致會有液態糞便滲漏情形，刺激皮膚引起搔癢。
4. 脫出：因支撐組織被破壞，使痔瘡組織脫出肛門外。

### 四、診斷：

1. 外痔可藉視診診斷。
2. 內痔則需經病史、手指觸診和經由肛門鏡觀察來診斷。

### 五、內科治療：

1. 藥物治療。
2. 飲食治療。
3. 疼痛處理。

### 六、外科治療：

1. 外科切除法：切除痔瘡，需麻醉，成功率高。
2. 橡皮圈結紮法：醫師藉肛門鏡插入後，以橡皮圈緊綁痔瘡，8~10 天痔瘡組織因壞死而脫落，不必住院，逐漸成為治療內痔的主要方法。

### 七、手術後注意事項：

1. 手術後，因麻醉、疼痛、手術位置或肛門敷料的影響，偶有解尿困難現象，可嘗試聽流水聲或溫水坐浴以誘尿，必要時護理人員會給予單次導尿或留置導尿。
2. 若無頭暈不適，鼓勵多下床活動。
3. 維持排便通暢，定時解便，養成良好排便習慣。
4. 溫水沖洗或坐浴：
  - (1) 目的：清潔手術部位，加強局部血循，促進傷口癒合。
  - (2) 方法：
    - ① 開始時間：手術後隔天。
    - ② 水溫：約40.5~43.3℃（較體溫稍溫即可）。
    - ③ 次數：每天3~4次及每次排便後。
    - ④ 沖洗：每次以蓮蓬頭沖淨即可。
    - ⑤ 坐浴：用坐浴盆，每次浸泡5-10分鐘。
    - ⑥ 沖洗或坐浴後局部處理：拭乾，視需要塗藥膏於傷口以紗布(或棉球)覆蓋。