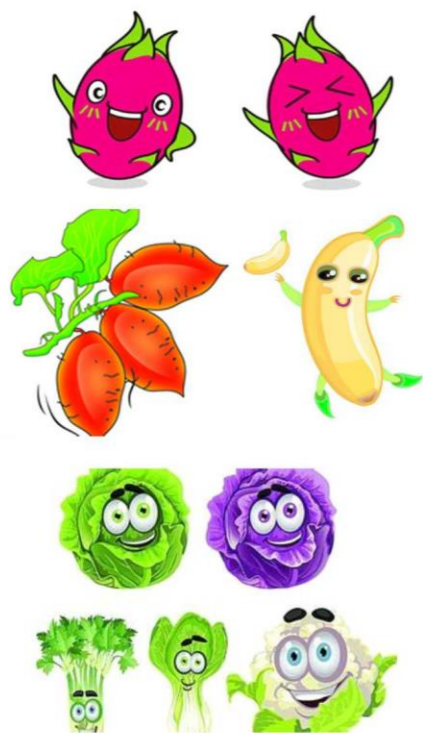


## 五、饮食指导 >>

1、忌食刺激性食物，如酒类，辣椒，大蒜等辛热食品

2、宜食具有润肠通便作用的食物，如：梨、香蕉、菠菜、蜂蜜等。



3、宜食用富含纤维素的食物，如：新鲜蔬菜、水果、银耳、海带等，如伤口不愈或长期

出血、体虚者，宜适当进食滋补性食品，如桂圆、红枣、莲子、百合、牛奶、芝麻、蜂蜜、核桃等

4、痔患者不宜吃的食物：辣椒，胡椒，生姜，酒等有刺激性的食物，少吃上火的水果，尽量使患者在术后 1~2 天内不排便，利于伤口愈合。



祝你手术顺利，早日康复。



禅医官方微信号  
Official Wechat

地址：广东省佛山市石湾三友南路3号

官方网站：[www.fscyy.com](http://www.fscyy.com)

参考资料：外科护理学 主编：郭桂芳 姚兰



制定日期：2017年6月

编码：XHYQ-折页-中文-180-01

消化一区制作

## 肛肠疾病护理



咨询专线：0757-82263333

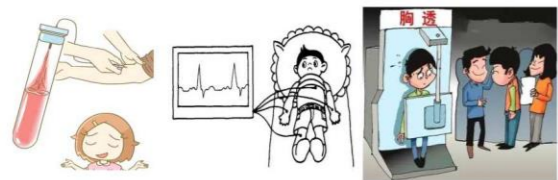
 佛山市禅城中心医院  
Foshan Chancheng Central Hospital

## 一、常见的肛周疾病有哪些>>

内痔、外痔、混合痔、便秘、肛裂、肛瘘、肛门瘙痒、肛周脓肿、小儿肛门病、直肠脱垂、肛乳头肥大、肛窦炎、结肠炎、直肠息肉、直肠肿瘤等等。

## 二、手术前护理 >>

1、医生会为你讲解手术的详情，如有疑问可向医生提出。手术前会为你做身体检查及按个别的需要进行化验，如抽血，心电图，X光确保你的身体适合手术。

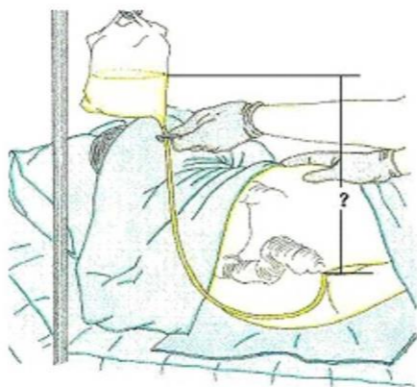


2、术前准备好日常生活用品：如牙刷、牙膏、毛巾、坐浴用的脸盆、宽松舒适的内裤，因肛肠手术后肛门会有少量分泌物，所以患者应另准备卫生巾或护垫。

3、手术前一天进食少渣饮食不要摄入过多、过粗食物，免造成术中大便排出，造成伤口污染，引起感染。勿辛辣刺激物。

4、术前晚及术晨配合行清洁灌肠各1次。术晨排空大小便，清洗肛门，勿穿内裤。

5、如有贵重物品尽量交给家属保管，亦可交代病房代为保管。



## 三、术中配合 >>

1、手术中应配合医生取好体位，放松肛门，不夹紧两臀。

2、如有咳嗽，需提前向手术医生说明。

## 四、手术后护理 >>

1、术后第一天，将伤口内的纱布及其他填充纱布取出后方可排便，排便后坐浴患处，并每日1~2次伤口换药。

2、尿潴留：术后疼痛，麻药引起排尿困难，一般热敷小腹、听流水声，诱导排尿。

3、术后禁食6小时禁饮2小时，饮食应以清淡易消化的半流质饮食为主，如藕粉、稀饭、粥等。

4、若疼痛剧烈者可适当使用止痛剂；可在臀部垫气圈，防止伤口受压。

5、术后第一次下床活动，要由护士评估身体状况后，先在床上试行坐5分钟无不适后床边站立2-3分钟，再在陪人的陪同下可下床如厕，警惕跌倒意外的发生。手术后3个月内避免长时间骑自行车，避免久坐、久

站、久行。

6、坐浴时水温为38—40度，时间约10~15分钟，注意不可用力揉搓肛门部位，以免水肿加重，可用软毛巾轻揩肛门部位，清除肛门部位粪便和污物，同时将肛门放松，不要夹紧两臀。

7、提肛运动（即自行收缩肛门5s，再舒张5秒，收缩肛门时深吸气，舒张肛门时呼气），每日3~4次，每次15~20分钟，循序渐进。

