

痔瘡護理指導單

2020.05制定

2023.03審閱

 **定義：** 肛門內壓力使得肛門直腸管黏膜下層的靜脈發生擴張及曲張而形成

 **原因：**

			
便秘	懷孕	肥胖	長期蹲坐

 **症狀：** 排便出血、屁股搔癢、痔瘡脫出、肛門疼痛、肛門燒灼感、便意感

 **生活注意事項：**



多喝水



多吃高
纖維蔬果



避免刺激
性食物



多走動



溫水
坐浴



生活作息
要正常



避免用力
擦拭肛門



勿濫用灌腸
劑與瀉藥

圖片引自google

若有任何疑問，請洽 (02) 28094661轉2160 淡水社區醫學中心



馬偕紀念醫院 關心您的健康
MacKay Memorial Hospital