



痔瘡與治療之護理指導

編號：QP-S-02-N0705

痔瘡為人類常見的一種肛門疾病，根據統計，約有 70%-90% 的人在其一生中，曾經有過 1-2 次痔瘡發作的經驗，因此有“十男九痔”之說。一般人工作繁重，飲食，生活起居稍有不慎，極易導致痔瘡的發作，又難以啟口故遍尋偏方，而延誤就醫造成身心上許多困擾得不償失。

◎痔瘡發生的原因

即肛門黏膜下或皮膚下的動靜脈失調造成靜脈球形擴張，結締組增生，肌腱斷裂，黏膜突出形成痔瘡，好發於肛門左側、右前及右後的方向。；簡單的說，就是肛門附近靜脈曲張引起一連串變化。常見於：男性約 60-70%，女性約 40-50%；30 歲-55 歲最常見；久坐久站、工作環境溫度高，排便習慣不良。喜歡食用低渣食物，高熱量精緻食物，辛辣刺激食物。本身有便秘、腹瀉、腹水、攝護腺肥大、咳嗽等疾病；長期使用緩瀉劑浣腸劑，以及懷孕婦人等。

◎痔瘡的常見症狀

1. 便血：排便後，鮮紅色、無痛、或滴、或噴。
2. 黏膜脫出：腹部用力時，有酸脹感。
3. 肛門灼熱，脹滿，欲排便感。
4. 肛門癢，黏液外溢，甚至肛門周圍皮膚濕疹。
5. 疼痛、腫脹。
6. 肛門皮膚突出。

◎痔瘡分為三類四級：

A. 以位置分類需以直腸鏡或肛門鏡確定協助下

1. 內痔：齒線（距肛門口約 2 公分）上方之黏膜膨出。
2. 外痔：齒線下方之皮膚膨出。
3. 混合痔：內外痔合併出現

B. 以嚴重程度分級分級

1. 第一級：在肛門內膨出，僅便後出血。
2. 第二級：腹部用力或排便時突出肛門外，但可自動縮回。
3. 第三級：腹部用力或排便時突出肛門外，需用手推回。
4. 第四級：永遠突出於肛門外，無法縮回。

◎痔瘡的治療

1. 飲食療法：多攝取多纖維之蔬果及水份。
2. 坐浴療法：以溫水坐浴 10-15 分鐘。
3. 乳劑療法：含止痛消炎抗血栓形成之乳液塗抹。
4. 注射硬化劑：以含 5% 酚加油類混合液。
5. 冷凍療法：以急速降溫 -60, -150 度使組織壞死。
6. 熱療法：以紅外線燒灼使組織壞死。
7. 橡皮圈結紮法：以橡皮圈將血流阻斷。
8. 外科痔切除手術：多用於第四級之混合痔
9. PPH 法：將內痔黏膜作環狀切除。

◎痔瘡的預防：

- 1、養成定期排便的良好習毒。
- 2、適當的補充水份。
- 3、充足的睡眠及適當的運動。
- 4、多攝食高纖維蔬果，避免辛辣、油炸、刺激食物、減少便秘腹瀉的發生。