

# 痔疮手术后如何饮食

熊洪平

成都天府新区太平中心卫生院 610216

〔中图分类号〕R473.6

〔文献标识码〕A

〔文章编号〕2095-7165 (2019) 12-110-01

众所周知,任何一种疾病,在治疗后期的进行相关护理是对病情恢复的重要一部分,是否详细具体的护理会直接影响到患者的康复程度,所以在治疗后期的护理对患者来说是尤为重要的,而饮食护理也是护理过程的一个重要部分,一些病情恶化是由于发炎感染导致的,所以在患者的饮食上也要根据不同的病情来进行不同的调整,合理的饮食安排会帮助患者更快的获得康复,能够帮助伤口的愈合以及病人能量的补充、体质的恢复,是结合治疗必不可少的护理过程,那么,对于进行痔疮手术后患者的饮食安排事宜,下面做出痔疮手术后饮食管理的相关简介。

## 一、痔疮手术后患者的特征

在进行痔疮手术后,患者的痔疮创口需要一定的时间康复,然而在康复过程中,如果发生便秘或者发炎的情况,对于康复来说是有很大影响的,一定的便秘会对伤口造成再次撕裂,进而还会发生感染,除此之外,如果在饮食上多为腥辣以及大量饮酒,那么会对伤口造成发炎现象,创口的疼痛会使得患者的生活质量下降,而且发炎现象是创口愈合的一大阻碍,所以对于痔疮手术治疗后的患者来说,最主要的就是着重于对伤口的愈合,任何有阻碍于伤口愈合的情况都要避免。

## 二、痔疮手术后患者的饮食安排

对于痔疮手术后期的患者来说,要严格注意自己的饮食,因为饮食的类型对于患者的排便情况有很大的影响,排便的情况直接影响到伤口的愈合情况,所以在饮食上要有高度的重视,要尽量减少排便的次数,少次数的排便会对伤口有少次的损伤和感染,所以在饮食上对于高蛋白,易消化,多纤维的食物多摄入,而对于发物,辛辣食物等不利于创口愈合的食物要避而不食。

### 1、高蛋白食物

痔疮手术后患者要多食用一些高蛋白食物,因为高蛋白的食物可以帮助患者创口的愈合,可以帮助创口细胞更快地生长,像一些牛肉,鸡胸肉,蛋白,牛奶等等富含高蛋白的食物可以多食用。

### 2、富含纤维素的食物

众所周知,纤维素能够帮助人体畅通肠道,利于排便,是预防便秘最重要的食物之一,而对于痔疮患者来说,便秘不仅仅会再一次带来创口的疼痛,而且创口还可能被二次撕裂,所以为了避免便秘,要多食用富含纤维素的食物,不仅仅对创口的愈合有一定积极的影响,而且对于创口的撕裂性创伤也有一定的避免作用。像一些蔬菜和水果都是富含纤维素的食物,患者要增加平时对蔬菜和水果的摄入,而且在饮食中也要增大水果和蔬菜的比例,对于患者的排便情况有很大的改善,同时也能够帮助创口的愈合。

### 3、增加粗粮的摄入

粗粮也能够帮助人体更好的消化,所以在康复期间要增加粗粮的摄入,粗粮能够帮助清洁人体的肠胃,加速肠胃的蠕动,帮助排便更加容易,所以要关注粗粮的摄入,例如在对面包的选择,要选择全麦的更好一些,在主食上也要选择玉米面以及紫米等等粗粮的选择。

### 4、避免饮酒

酒精对于创口的愈合有很大的影响,所以在康复期间一定要禁止饮酒,而且痔疮形成的一个原因也是由于患者长期饮酒造成的,所以要想病情康复而且不再复发对于酒精就要尽量避免摄入。在康复后也要做到合理、健康饮酒。

### 5、避免辛辣食物的摄入

辛辣食物会导致伤口一定程度的发炎,不利于伤口的愈合,而且会造成便秘,或者在排便过程中肛门有灼烧感,对于病情的康复是有害无利的,所以要避免辛辣食物的摄入。

### 6、避免海鲜的摄入

海鲜属于一种发物,会阻碍创口的愈合,加重病情的恶化,所以在一般进行手术后都要避免食用海鲜等发物,对于痔疮手术也不例外,要尽量避免食用海鲜。

综上所述,痔疮手术后的饮食安排会对病情的恢复有直接的影响,所以患者一定要注意在饮食上的合理安排,合理地安排自己的饮食习惯,能够通过合理的饮食帮助患者自己的病情得到康复,同时也有利于手术创口的愈合。

(上接第 109 页)

系统不受到一丝的影响。

2、在进行烹饪的过程当中也要注意,烹饪的炊具需要进行消毒处理,生食和熟食所使用的炊具需要分开使用,下厨的人需要注意个人卫生,勤换衣服、勤剪指甲。另外,使用的餐具需要进行消毒。凉拌菜要少吃,吃的时候需要洗净,之后用开水进行冲洗,一般的瓜果需要洗净去皮之后在进行食用。

3、在夏天的时候尽量不要举行家宴,饭菜需要现做现吃,

假设有剩余,之后需要煮透之后在进行食用,但是尽管这样,有很多的细菌毒素无法被破坏,例如葡萄球菌肠毒素在食物煮沸 30 分钟之内还有着致病性,因此,需要保持室内的清洁。蟑螂、苍蝇等昆虫能够传播肠道传染病,因而,消灭蟑螂和苍蝇也是能够预防夏季患有肠道传染病的措施之一。

在生活当中需要对生活习惯和饮食习惯等进行改善,丰富的营养和充足的睡眠都能够帮助人体增强体力,同时对防治消化系统疾病非常有益。