

脱肛中西医护理体会

高毓蕾

上海中医药大学附属龙华医院 上海 200032

【摘要】：脱肛直肠粘膜、肛管、直肠全层脱垂，甚至乙状结肠向下位移，脱出肛门外，是全身虚弱的一种表现。相当于西医的“肛管直肠脱垂”。直肠脱垂是指由于骶骨弯曲度浅于正常情况，盆底组织出现软弱状况以及长时期内腹内压增高，从而致使直肠壁下移及直肠黏膜下移的疾病^[1]。直肠黏膜内脱垂可由先天因素、盆底组织支持力不足和腹压升高等因素导致。其临床表现较少，不易被察觉，但其引起的异物感、粘液渗出和排便障碍等症状严重影响了患者的工作、生活与身心健康^[2]。

【关键词】：脱肛；围手术期；护理

1 资料与方法

1.1 一般资料

20例患者均为本院住院患者，符合肛管直肠脱垂诊断标准，其中男11例，女9例，年龄52~78岁，平均65岁。

2 临床护理方法

2.1 临证护理

2.1.1 疼痛

2.1.1.1 观察疼痛部位、性质、强度、伴随症状和持续时间。

2.1.1.2 协助患者取舒适体位。

2.1.1.3 指导患者采用放松疗法，如缓慢呼吸、全身肌肉放松、听舒缓的音乐。

2.1.1.4 遵医嘱穴位贴敷：取足三里等穴。

2.1.1.5 遵医嘱耳穴贴压：取肛门、直肠、神门等穴。

2.1.1.6 遵医嘱中药熏蒸。

2.1.2 排便障碍

2.1.2.1 观察排便的频次。

2.1.2.2 便秘时指导患者绕脐周顺时针按摩腹部，每日3次，每次20~30圈。

2.1.2.3 遵医嘱中药灌肠。

2.1.3 黏膜脱出

2.1.3.1 观察脱出物的大小、颜色，脱出的黏膜表面有无充血、水肿、糜烂、溃疡。

2.1.3.2 急性发作期宜采取侧卧位休息。

2.1.3.3 出现黏膜脱出时，指导患者手指涂抹润滑油，轻轻将其回纳，回纳后平卧休息20分钟；如发生嵌顿，及时报告医生，协

助处理。

2.1.3.4 遵医嘱中药贴敷。

2.1.4 肛周潮湿瘙痒

2.1.4.1 指导患者穿宽松清洁内衣，如有污染及时更换。

2.1.4.2 指导患者保持局部皮肤清洁干燥，勿抓挠瘙痒部位。

2.1.4.3 遵医嘱中药贴敷。

2.2 围手术期护理

2.2.1 术后卧床休息3天，并控制大便72小时。

2.2.2 术后首次排便后，遵医嘱中药熏洗、中药贴敷和中药涂药。排便避免过分用力。

2.2.3 术后疼痛，可采用放松疗法。遵医嘱耳穴贴压，肛门、直肠、神门穴。遵医嘱穴位贴敷，取足三里等穴。

2.2.4 提肛运动：提肛运动可锻炼盆底肌肉收缩力，刺激肠壁感觉神经，促进局部血液循环，防止水肿发生^[3]。方法：深吸气时收缩并提肛门，呼气时将肛门缓慢放松，一收一放为1次；每日晨起及睡前各做20~30次。

2.3 健康指导

2.3.1 生活起居

2.3.1.1 保持肛周皮肤清洁、干燥。

2.3.1.2 勿负重、远行，防止过度劳倦。忌久坐、久立或久蹲。

2.3.1.3 指导患者养成定时排便的习惯，便秘时指导患者绕脐周顺时针按摩腹部，每日3次，每次20~30圈。

2.3.2 饮食指导

2.3.2.1 气虚下陷证：宜食补脾益气的食品，如：糯米、瘦肉、猪肚、草鱼、鳝鱼、山药、大枣等。

2.3.2.2 肾气不固证：宜食温阳补肾的食品，如：干贝、鲈鱼、栗子、山药、枸杞、黑芝麻、黑豆等。

2.3.2.3 气血两虚证：宜食补益气血的食品，如：乌鸡、核桃、龙眼、猪肝等。

2.3.2.4 湿热下注证：宜食清热利湿的食品，如：薏苡仁、红豆、苦瓜、冬瓜、芹菜等。

2.3.3 情志护理

2.3.3.1 手术后，多数患者会出现焦躁、不安情绪，会对病情康复产生一定影响。护理人员应积极与患者交流，告知患者手术过程、手术过后一系列反应、护理过程、护理细节等。指导患者保持心

情舒畅，避免烦躁、恐惧等不良情绪。

2.3.3.2 多数患者不良情绪产生主要由于其对于手术恢复时间与后遗症会有担忧，护理人员应多与患者沟通，了解其心理状态，及时予以心理疏导。

3 讨论

直肠黏膜内脱垂可因下移的黏膜阻塞肛管伤口，引起粪便滞留。进一步发展为便秘、患者混合痔，是出口梗阻型便秘的常见病因。不利于患者排泄代谢废物，易引起患者焦虑、抑郁等不良情绪。有手术指证者常采用 PPH 术，其具有与肛门解剖生理一致、易操作、创伤小、术后痛感不明显、疗效佳等长处，现已被普遍运用^[4]。

参考文献：

- [1] 海贝贝. 直肠脱垂患行肛三联术的围手术期中西医结合护理[J]. 中国实用医药. 2016. 11 (5): 261-262
- [2] 席晨辉, 叶桃, 蔡元坤. 直肠脱垂的外科治疗及进展[J]. 上海医药, 2016, 37(18): 3-7.
- [3] 朱艳. 综合护理干预对慢性支气管炎和慢阻肺患者不良情绪以及生活质量的影响叨医药前沿, 2017, 7(31): 350—351.
- [4] 薛伟彩, 王建立, 许建成. PPH 与传统术式治疗直肠内脱垂伴混合痔所致便秘的疗效比较[J]. 世界华人消化杂志, 2015, 23(25): 4130-4136.