



患者及照护者教育

## 手术后咀嚼口香糖

本信息介绍了手术后咀嚼口香糖如何帮助您的肠道恢复正常运动。肠道由小肠和大肠（结肠）组成。

有时，肠道运动在手术后会减慢或停止一段时间。这种现象称为术后肠梗阻。它会导致：

- 不适。
- 恶心（感觉想吐）。
- 呕吐。
- 住院时间更长。

### 咀嚼口香糖如何帮助缓解？

术后咀嚼口香糖有助于预防术后肠梗阻，缩短恢复时间。其作用方式如下。

- 咀嚼口香糖能使您的消化系统运转起来。当您咀嚼口香糖时，您的身体会分泌唾液。可有助于启动消化系统和肠道运动。
- 会让肠道蠕动次数更多。咀嚼口香糖可以激活消化道的肌肉。可以帮助食物和废物更快地移动通过肠道。
- 可以减轻不适。当您的肠道蠕动次数更多时，令您不适和不舒服的腹胀就会减少。

- 可以缩短您的住院时间。术后咀嚼口香糖的患者比不咀嚼口香糖的患者恢复得更快，可以更快出院。

## 手术前和手术后可能发生的情况有哪些？

当您预定做手术时，您的医疗保健提供者会和您讨论术后咀嚼口香糖的问题。如果您愿意，您可以在手术当天带一包口香糖。最好选择无糖口香糖。这有助于保护您的牙齿，保持血糖稳定。

手术前一晚午夜后请勿咀嚼口香糖。

手术后，护士将给您一包无糖口香糖。他们会告诉您一粒口香糖咀嚼 30 分钟，每天咀嚼 3 次。最好在早上、中午左右和晚上咀嚼。

If you have questions or concerns, contact your healthcare provider. A member of your care team will answer Monday through Friday from 9 a.m. to 5 p.m. Outside those hours, you can leave a message or talk with another MSK provider. There is always a doctor or nurse on call. If you're not sure how to reach your healthcare provider, call 212-639-2000.

有关更多资源，请访问 [www.mskcc.org/pe](http://www.mskcc.org/pe)，在我们的虚拟图书馆中进行搜索。

Chewing Gum After Your Surgery - Last updated on April 25, 2023  
Memorial Sloan Kettering Cancer Center 拥有和保留所有权利