



患者及照护者教育

手术后咀嚼口香糖

本资源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。

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恢复得更快。

此类患者也比不咀嚼口香糖的患者更快出院。

手术前及手术完成之后的预期情况

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。

术后，每天 3 次，每次咀嚼一粒无糖口香糖 30 分钟。最好在早上、中午左右和晚上咀嚼。

如果您有任何问题或顾虑，请联系您的医疗保健提供者。医疗团队成员将在周一至周五上午 9:00 至下午 5:00 给与回复。如在非上述时间段，您可以留言或与其他 MSK 服务提供者联系。随时有值班医生或护士为您提供帮助。如果您不确定如何联系医疗保健提供者，请致电 212-639-2000。

有关更多资源，请访问 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 June 19, 2026
Memorial Sloan Kettering Cancer Center 拥有和保留所有权利