

Bật mí cách hạn chế cương dương sau khi cắt bao quy đầu

Giải pháp tránh cương sau khi cắt bao quy đầu được nhiều đàn ông quan tâm, khảo sát. Vì không ít cơ thể bị cương nhiều lần, thậm chí thường xuyên sau lúc cắt bao da quy đầu. Nếu mà bạn đang thấy tình trạng này thì đừng bỏ qua bài viết sau đây.

Biện pháp tránh cương dương sau lúc cắt bao da quy đầu

Cương cứng là tình trạng "cậu nhỏ" cương cứng lúc thì có kích ứng tình dục hay biểu hiện tự nhiên của người. Đây là tình hình sinh lý thường thì tại bạn nam, liệu có ý nghĩa cấp thiết với quan hệ vợ chồng của cánh mày râu. Tuy vậy, một số trường hợp cánh mày râu sau lúc cắt da quy đầu lại thấy tình trạng dương vật cương không ít lần gây phiền toái, mệt mỏi. Vậy phương pháp tránh cương sau lúc cắt da quy đầu là gì?

Giải tỏa stress

Nếu như bạn trải qua tình hình cương dương không mong đợi trong, trước hết cần phải thả lỏng người, luyện tập hít thở nhẹ nhàng để lấy lại bình tĩnh, hiện tượng này sẽ dần dần được khắc phục.

Hạn chế stress để hạn chế bắt gặp tình hình cương sau lúc cắt bao da quy đầu

Bên cạnh đó, một số người liệu có băn khoăn về tâm sinh lý, stress, mệt mỏi cũng không khó bắt gặp tình trạng "cậu nhỏ" cương cứng ko tự chủ hơn những cơ thể không giống. Để tự chủ tình trạng này, đấng mày râu cần lưu ý tới khẩu phần ăn uống, tập luyện thể dục thể thao đều đặn 1 ngày để tăng cường thể chất, tăng cường tuần hoàn máu. Những bài tập luyện để thực hiện thí dụ đạo bộ, đi xe đạp, bơi lội,... có thể giúp cho một số đàn ông sớm ổn định công dụng sinh lý.

Một số bài tập Kegel cũng vô cùng hữu hiệu trong trường hợp này. Bạn có thể tập luyện những bài theo mức độ từ dễ tới không dễ, mỗi bài tiến hành chưa quá 2 phút, tập từ 3 - 4 lần 1 ngày và chưa quá 20 tuần. 1 chú ý khác là sau khi cắt bao quy đầu một tháng, bạn hạn chế tiến hành một số bài luyện tập quá mạnh hay chơi thể thao mà chỉ cần chọn thực hiện các môn nhẹ nhàng, vừa sức để không nên khiến chi phối chỗ bị thương.

SGC

[cắt bao quy đầu ở bệnh viện](#)

[chi phí cắt bao quy đầu](#)

[cắt bao quy đầu tại hà nội](#)

[cắt bao quy đầu chi phí](#)

Tạo lập khẩu phần ăn uống phù hợp

Nếu mà bạn thường xuyên thấy hiện tượng cương cứng sau lúc cắt da quy đầu, bạn cần xây dựng một chế độ dinh dưỡng khoa học cùng với hợp lý. Trong menu cần ưu tiên rau xanh, trái cây tươi và các loại cá nhiều omega-3, đồ ăn chứa nhiều protein,...

Đây là giải pháp hạn chế cương cứng sau lúc cắt da quy đầu nhờ đối tượng trong một số dạng thức ăn này giúp điều hoà nội bài tiết tố Đồng thời bổ sung dưỡng chất lành mạnh sinh sản của đấng mày râu cùng với thúc đẩy việc phục hồi vết thương vì phẫu thuật.

Nói ko với các chất kích thích, rượu, bia

Một số chất gây nghiện hoặc đồ sử dụng thì có cồn có thể khiến hiện tượng cương trở thành mất kiểm chế. Bởi vì thế, phương pháp hữu hiệu để tránh cương sau khi cắt bao da quy đầu là bạn phải kiêng một số dạng rượu, bia, thuốc kháng sinh lá,... Sau lúc tình trạng ổn định hơn, bạn cũng cần hạn chế lấy do những chất này sẽ dẫn tới hại tới sức khỏe nói chung.

Quần áo sử dụng có cồn có khả năng khiến tình hình cương dương trở nên mất kiểm soát

Thăm khám chuyên khoa

Nếu như tình trạng cương cứng sau khi phẫu thuật bao mới đầu quy lâu ngày cũng như chưa thể tự chủ được Cho dù đã từng thử nhiều giải pháp thì bạn nhất thiết đến gặp bác sĩ để xác định nguyên nhân rõ ràng cùng với đưa xuất hướng xử lý tốt nhất. Tránh tình trạng tự ý chữa tại nhà lúc chưa có chỉ dẫn của chuyên gia khiến cho tình hình nặng hơn hay biến chứng sau tiểu phẫu cắt bao da quy đầu.

2. Sau khi cắt da quy đầu cần phải chú ý gì?

Để tránh tình trạng cương cứng với các câu hỏi thất thường không giống sau lúc cắt bao quy đầu Mặt khác thúc đẩy chỗ bị thương nhanh khỏi thì cánh mày râu cần chú ý một số điều sau:

Sau tiểu phẫu, đàn ông nhất thiết dành thời gian nằm nghỉ để người hồi phục, ít đặc biệt là 7 ngày.

- Ko "làm chuyện ấy" tình dục, tự sướng hoặc thực hiện các hành động kích thích tình dục Trong lúc chỗ bị thương chưa khỏi hẳn.
- Sử dụng đồ nhiều, mềm, nhẹ, thoáng khí để tránh ma sát đấng nhập vết thương.
- Có nguy cơ dùng băng keo y khoa để cố định "cậu bé", không nên được tình hình bung chỉ hoặc ra máu vùng da bị thương bởi vì cọ xát.
- Làm sạch bộ phận sinh sản cũng như vết thương đúng giải pháp theo chỉ định của nhân viên y học.
- Không nên để chỗ bị thương cũng như khu vực xung quanh mắc ẩm ướt, hàng ngày rửa cũng như thay băng theo lịch của chuyên gia, tạo môi trường sạch sẽ giúp vùng da bị thương nhanh lành.
- Nếu mà vùng da bị thương quá đau đớn hay có hiện tượng sưng, mưng mủ, ra máu, mùi hôi tanh,... thì bạn nên gọi điện bác sĩ để giải đáp giải pháp chữa.
- Tuyệt nhiên không tự ý xoa bất kỳ vật dụng gì tới vùng da bị thương.

Tránh tiến hành các kích ứng tình dục hay giao hợp sau khi cắt bao quy đầu

Bên ngoài những chú ý trên kia thì việc chọn lựa cơ sở chất lượng để thăm khám và cắt bao da quy đầu cũng đóng vai trò quan trọng giúp không nên tai biến sau tiểu phẫu gồm hiện tượng cương thất thường. Nếu mà bạn đang phân vân tuyển lựa địa điểm cắt da quy đầu, bạn có khả năng tham khảo lựa chọn chuyên khoa khám nam khoa thuộc đội ngũ y khoa MEDLATEC.