

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

Biện pháp tránh cương cứng sau lúc cắt da quy đầu được nhiều nam giới quan tâm, khảo sát. Do nhiều cơ thể mắc cương dương rất nhiều lần, thậm chí liên tục sau lúc cắt bao da quy đầu. Nếu mà bạn đang gặp tình hình này thì đừng bỏ qua bài viết sau đây.

Phương pháp hạn chế cương cứng sau khi cắt bao quy đầu

Cương là hiện tượng "cậu bé" cương lúc liệu có kích ứng tình dục hay phản ứng tự nhiên của người. Đây là tình trạng sinh dục bình thường tại phái mạnh, có ý nghĩa cấp thiết với đời sống chăn gối của đấng mày râu. Nhưng, 1 số trường hợp nam giới sau khi cắt bao da quy đầu lại thấy tình hình "cậu bé" cương rất nhiều lần gây bất tiện, mệt mỏi. Vậy biện pháp không nên cương cứng sau khi cắt bao quy đầu là gì?

Giải tỏa stress

Nếu bạn trải qua hiện tượng cương ko mong muốn trong, trước hết cần thả lỏng cơ thể, tập hít thở nhẹ nhàng để lấy lại bình tĩnh, tình trạng này sẽ lâu dần được xử lý.

Không nên lo lắng để tránh thấy tình trạng cương sau khi cắt bao quy đầu

Mặt khác, các người có thắc mắc về tâm sinh lý, stress, mệt mỏi cũng dễ thấy tình trạng "cậu nhỏ" cương ko kiểm soát hơn các người khác. Để tự chủ tình hình này, cánh mày râu cần phải chú ý đến chế độ dinh dưỡng, luyện tập thể thao đều đặn mỗi ngày để nâng cao thân xác, nâng cao lưu thông huyết. Những bài luyện tập đơn giản đó là đi dạo, đạp xe, bơi lội,... có nguy cơ giúp những phái mạnh sớm ổn định chức năng sinh dục.

Một số bài tập Kegel cũng vô cùng hữu hiệu trong trường hợp này. Bạn có khả năng tập những bài theo độ từ không khó tới khó, từng bài tiến hành không quá 2 phút, tập từ 3 - 4 lần mỗi ngày cũng như không quá 20 tuần. 1 lưu ý khác biệt là sau lúc cắt bao da quy đầu một tháng, bạn tránh thực hiện một số bài luyện tập quá mạnh hay chơi thể dục thể thao mà chỉ nên lựa chọn thực hiện những môn nhẹ nhàng, vừa sức để không nên gây chi phối vết thương.

SGC

[cắt bao quy đầu ở bệnh viện](#)

[chi phí cắt bao quy đầu là bao nhiêu](#)

[cắt bao quy đầu tại hà nội](#)

[chi phí cắt bao quy đầu](#)

Thiết lập chế độ sinh hoạt khoa học

Nếu mà bạn thường xuyên gặp tình hình cương cứng sau lúc cắt bao quy đầu, bạn nên tạo lập một chế độ ăn uống tốt cho sức khỏe cũng như hợp lý. Trong khẩu phần ăn cần phải ưu tiên rau xanh, trái cây tươi và một số loại cá giàu omega-3, thực phẩm nhiều protein,...

Đây là biện pháp hạn chế cương dương sau khi cắt bao quy đầu nhờ đối tượng trong một số kiểu thực phẩm này giúp cho điều hoà nội bài tiết tố Đồng thời cho thêm dinh dưỡng khoa học sinh con của cánh mày râu cùng với thúc tống quá trình hồi phục vùng da bị thương bởi vì phẫu thuật.

Nhắc không với một số chất gây nghiện, rượu, bia

Những chất kích thích hay đồ dùng liệu có cồn có khả năng khiến cho hiện tượng cương cứng trở thành mất kiểm soát. Vì thế, cách hữu hiệu để không nên cương cứng sau khi cắt bao da quy đầu là bạn phải kiêng những dạng rượu, bia, thuốc lá,... Sau khi tình hình ổn định hơn, bạn cũng cần phải tránh sử dụng bởi vì những chất này sẽ dẫn tới hại tới thân xác tổng quan.

Đồ sử dụng liệu có cồn có khả năng khiến cho tình trạng cương trở thành mất tự chủ

Kiểm tra chuyên khoa

Nếu mà hiện tượng cương cứng sau lúc cắt bao đầu tiên quy lâu ngày cùng với không thể kiểm chế được Dù đã từng thử không ít biện pháp thì bạn cần thiết đi khám để xác định nguyên nhân cụ thể và đưa xuất hướng khắc phục tốt nhất. Hạn chế hiện tượng tự ý điều trị tại nhà khi chưa có chỉ định của bác sĩ khiến tình hình nghiêm trọng hơn hay tai biến sau thủ thuật cắt bao quy đầu.

2. Sau lúc cắt bao quy đầu cần lưu ý gì?

Để hạn chế hiện tượng cương cứng cùng với những câu hỏi không bình thường khác biệt sau khi cắt bao quy đầu Đồng thời thúc đẩy vùng da bị thương sớm lành thì đàn ông nên chú ý các điều sau:

Khi đi tiểu xong phẫu, đấng mày râu cần thiết dành thời gian nằm nghỉ để cơ thể hồi phục, ít nhất là 1 tuần.

- Ko "lâm trận" tình dục, tự sướng hay tiến hành những hành động kích ứng tình dục Trong lúc chỗ bị thương chưa lành hẳn.
- Dùng đồ phổ biến, mềm, nhẹ, thoáng khí để tránh ma sát vào chỗ bị thương.
- Có nguy cơ dùng băng keo y tế để nhất định "cậu nhỏ", hạn chế được tình hình bung chỉ hoặc chảy máu chỗ bị thương bởi vì cọ xát.
- Vệ sinh bộ phận sinh sản cũng như vết thương đúng biện pháp theo chỉ định của nhân viên y tế.
- Tránh để chỗ bị thương cùng với chỗ xung quanh mắc ướt át, thường xuyên rửa và thay thế băng theo lịch của chuyên gia, tạo môi trường sạch giúp cho vùng da bị thương sớm khỏi.
- Nếu chỗ bị thương quá đau hay có hiện tượng sưng, mưng mủ, chảy máu, mùi hôi tanh,... thì bạn cần phải liên hệ bác sĩ để giải đáp biện pháp điều trị.
- Tuyệt đối không tự ý xoa bất kỳ trang bị gì đến vùng da bị thương.

Tránh thực hiện các kích ứng tình dục hay giao hợp sau lúc cắt bao da quy đầu

Phía ngoài các lưu ý phía trên thì vấn đề tuyển lựa cơ sở uy tín để thăm khám và cắt da quy đầu cũng đóng nhiệm vụ cấp thiết giúp cho hạn chế tai biến sau thủ thuật bao gồm tình trạng cương không bình thường. Nếu bạn đang phân vân lựa chọn cơ sở cắt da quy đầu, bạn có nguy cơ vận dụng chọn lựa chuyên khoa nam khoa thuộc hệ thống y học MEDLATEC.