

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

Phương pháp tránh cương sau khi cắt bao da quy đầu được không ít phái mạnh quan tâm, tìm hiểu. Bởi không ít cơ thể mắc cương nhiều lần, nguy hiểm nhất liên tục sau khi cắt da quy đầu. Nếu bạn đang thấy tình trạng này thì đừng bỏ qua bài văn sau đây.

Phương pháp không nên cương cứng sau lúc cắt bao da quy đầu

Cương cứng là tình hình "cậu nhỏ" cương lúc thì có kích ứng tình dục hoặc tình trạng tự nhiên của người. Đây là tình hình sinh dục bình thường tại bạn nam, thì có ý nghĩa cần thiết đối với quan hệ vợ chồng của đấng mày râu. Nhưng, 1 số trường hợp cánh mày râu sau khi cắt bao quy đầu lại bắt gặp hiện tượng dương vật cương dương không ít lần gây nên trở ngại, mệt mỏi. Vậy giải pháp tránh cương cứng sau khi cắt bao quy đầu là gì?

Làm giảm áp lực căng thẳng

Nếu mà bạn trải qua tình trạng cương dương không yêu cầu trong, đầu tiên cần thả lỏng cơ thể, tập luyện hít thở nhẹ nhàng để lấy lại bình tĩnh, hiện tượng này sẽ dần dần được giải quyết.

Không nên lo lắng để không nên thấy tình hình cương sau khi cắt bao quy đầu

Ngoài ra, các người thì có thắc mắc về tâm sinh lý, căng thẳng, mệt mỏi cũng dễ bắt gặp tình trạng dương vật cương không kiểm soát hơn một số người không giống. Để kiểm chế tình trạng này, đàn ông nên lưu ý đến chế độ sinh hoạt, tập thể thao thường xuyên 1 ngày để tăng cường thể chất, tăng cường tuần hoàn máu. Các bài luyện tập dễ dàng ví dụ dạo bộ, đạp xe, bơi lội,... có nguy cơ giúp cho các đàn ông sớm ổn định chức năng sinh dục.

Một số bài tập Kegel cũng vô cùng hiệu quả trong trường hợp này. Bạn có thể tập các bài theo cấp độ từ không khó đến khó khăn, từng bài làm chưa quá 2 phút, tập luyện từ 3 - 4 lần hàng ngày và chưa quá 20 tuần. 1 chú ý khác biệt là sau lúc cắt bao da quy đầu một tháng, bạn tránh thực hiện các bài luyện tập quá mạnh hoặc chơi thể dục thể thao mà chỉ cần lựa chọn làm các môn từ từ, vừa sức để tránh làm cho tác động vết thương.

SGC

[địa chỉ cắt bao quy đầu](#)

[giá cắt bao quy đầu](#)

[cắt bao quy đầu ở đâu tốt nhất](#)

[giá cắt bao quy đầu](#)

Tạo lập khẩu phần ăn uống hợp lý

Nếu bạn liên tục thấy tình trạng cương sau khi cắt bao quy đầu, bạn cần phải tạo lập một khẩu phần ăn uống lành mạnh cũng như phù hợp. Trong thực đơn nên ưu tiên rau xanh, trái cây tươi cùng với những dạng cá có nhiều omega-3, thức ăn nhiều protein,...

Đây là cách hạn chế cương cứng sau khi cắt bao da quy đầu nhờ đối tượng trong các dạng món ăn này giúp cho điều hoà nội tiết tố Bên cạnh đó cho thêm dinh dưỡng lành mạnh sinh sản của nam giới cũng như thúc đẩy việc phục hồi chỗ bị thương bởi vì thủ thuật.

Nói không đối với các chất kích thích, rượu, bia

Những chất kích thích hoặc đồ dùng có cồn có khả năng khiến tình trạng cương trở nên mất kiểm soát. Vì vậy, cách hiệu quả để không nên cương dương sau khi cắt bao da quy đầu là bạn cần phải kiêng các dạng rượu, bia, kháng sinh lá,... Sau khi hiện tượng ổn định hơn, bạn cũng cần phải không nên lấy bởi các chất này sẽ gây ra hại tới thể xác nói chung.

Quần áo ướt thì có cồn có thể làm cho tình trạng cương dương trở thành mất tự chủ

Xét nghiệm chuyên khoa

Nếu mà tình hình cương cứng sau khi mổ bao mới đầu quy kéo dài cùng với chưa thể kiểm chế được Dù đã từng thử không ít phương pháp thì bạn cần phải đi khám để xác định nguyên nhân cụ thể và đưa ra hướng khắc phục tốt nhất. Hạn chế hiện tượng tự ý chữa tại nhà khi chưa có chỉ dẫn của bác sĩ làm cho tình trạng trầm trọng hơn hoặc hậu quả sau phẫu thuật cắt bao da quy đầu.

2. Sau khi cắt bao da quy đầu nên lưu ý gì?

Để hạn chế hiện tượng cương cũng như các vấn đề thất thường khác sau khi cắt bao da quy đầu Mặt khác thúc tống vùng da bị thương sớm khỏi thì đáng mà râu cần phải lưu ý một số điều sau:

Khi đi tiểu xong phẫu, nam giới nhất thiết dành thời điểm nghỉ ngơi để cơ thể phục hồi, ít đặc biệt là 1 tuần.

- Ko "làm chuyện ấy" tình dục, thủ dâm hay tiến hành một số hành động kích thích tình dục Trong lúc vùng da bị thương chưa lành hẳn.
- Dùng quần áo nhiều, xù, nhẹ, thoáng khí để tránh ma sát vào vết thương.
- Có khả năng lấy băng keo y khoa để cố định "cậu nhỏ", hạn chế được tình trạng bung chỉ hay xuất huyết vết thương vì cọ xát.
- Rửa ráy cơ quan sinh sản cũng như vết thương đúng cách theo chỉ định của thành viên y học.
- Hạn chế để chỗ bị thương và khu vực cận kề bị ẩm ướt, liên tục rửa cùng với thay thế băng theo lịch của bác sĩ, tạo môi trường sạch sẽ giúp chỗ bị thương sớm lành.
- Nếu vùng da bị thương quá đau hay liệu có tình hình sưng, mưng mủ, chảy máu, mùi hôi tanh,... thì bạn nên liên hệ bác sĩ chuyên khoa để trả lời giải pháp trị.
- Tuyệt đối ko tự ý bôi bất cứ vật dụng gì đến vùng da bị thương.

Không nên thực hiện một số kích ứng tình dục hay giao hợp sau khi cắt bao quy đầu

Bên ngoài các lưu ý phía trên thì việc tuyển lựa cơ sở chất lượng để khám cùng với cắt bao quy đầu cũng đóng trách nhiệm cần thiết giúp cho tránh hậu quả sau thủ thuật bao gồm tình hình cương dương không bình thường. Nếu bạn đang thắc mắc lựa chọn địa điểm cắt da quy đầu, bạn có thể tham khảo chọn lọc chuyên khoa nam khoa thuộc đội ngũ y tế MEDLATEC.