

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

Giải pháp không nên cương sau khi cắt bao quy đầu được nhiều cánh mày râu bận tâm, tìm hiểu. Bởi rất nhiều người mắc cương rất nhiều lần, đặc biệt liên tục sau khi cắt da quy đầu. Nếu mà bạn đang thấy tình hình này thì đừng bỏ lỡ bài viết sau đây.

## Phương pháp tránh cương dương sau lúc cắt da quy đầu

Cương cứng là tình hình dương vật cương khi thì có kích ứng tình dục hay trạng thái thiên nhiên của cơ thể. Đây là tình hình sinh sản thông thường tại nam giới, có ý nghĩa cần thiết đối với quan hệ vợ chồng của bạn nam. Tuy vậy, 1 số trường hợp bạn nam sau lúc cắt bao da quy đầu lại bắt gặp hiện tượng "cậu nhỏ" cương nhiều lần dẫn đến rắc rối, mệt mỏi. Vậy phương pháp không nên cương cứng sau khi cắt bao quy đầu là gì?

### Giải tỏa stress

Nếu như bạn trải qua tình trạng cương cứng ko mong đợi trong, trước hết nên thả lỏng người, luyện tập hít thở từ từ để lấy lại bình tĩnh, hiện tượng này sẽ sau đó được xử lý.

Tránh stress để tránh bắt gặp tình trạng cương cứng sau lúc cắt bao quy đầu

Bên cạnh đó, một số người thì có thắc mắc về tâm lý, lo lắng, mệt mỏi cũng dễ gặp tình hình "cậu nhỏ" cương dương ko kiểm soát hơn những cơ thể khác. Để kiểm chế tình trạng này, nam cần lưu ý đến khẩu phần ăn uống, tập luyện thể dục đều đặn hàng ngày để gia tăng thể xác, tăng cường tuần hoàn huyết. Các bài tập để thực hiện đó là đi bộ, đạp xe, bơi lội,... có thể giúp cho những nam sớm ổn định chức năng sinh dục.

Những bài tập luyện Kegel cũng vô cùng hữu hiệu trong trường hợp này. Bạn có nguy cơ tập luyện các bài theo độ từ dễ đến không dễ, từng bài tiến hành chưa quá 2 phút, luyện tập từ 3 - 4 lần mỗi ngày cùng với chưa quá 20 tuần. Một chú ý khác biệt là sau khi cắt bao quy đầu một tháng, bạn hạn chế thực hiện một số bài tập luyện quá mạnh hoặc chơi thể thao mà chỉ nên lựa chọn tiến hành các môn từ từ, vừa sức để không nên gây nguy hiểm vùng da bị thương.

### SGC

[cắt bao quy đầu ở đâu uy tín](#)

[chi phí cắt bao quy đầu dài](#)

[cắt bao quy đầu ở bệnh viện nào hà nội](#)

[chi phí cắt bao quy đầu](#)

### Thiết lập chế độ sinh hoạt phù hợp

Nếu như bạn liên tục bắt gặp hiện tượng cương cứng sau khi cắt bao da quy đầu, bạn cần phải thiết lập một chế độ sinh hoạt khoa học cũng như khoa học. Trong menu cần phải ưu tiên rau xanh, hoa quả tươi và những loại cá nhiều omega-3, thực phẩm chứa nhiều protein,...

Đây là biện pháp không nên cương sau khi cắt da quy đầu nhờ thành phần trong các kiểu thức ăn này giúp điều hoà nội bài tiết tố Bên cạnh đó cung cấp dưỡng chất lành mạnh có con của bạn nam và thúc đẩy việc khôi phục vùng da bị thương do thủ thuật.

## **Nói không với các chất kích thích, rượu, bia**

Một số chất kích thích hoặc quần áo dùng có cồn có thể khiến cho tình hình cương dương trở thành mất tự chủ. Vì thế, phương pháp hữu hiệu để tránh cương cứng sau khi cắt da quy đầu là bạn phải kiêng những loại rượu, bia, kháng sinh lá,... Sau khi hiện tượng ổn định hơn, bạn cũng cần phải không nên dùng vì các chất này sẽ gây hại tới cơ thể tổng thể.

Quần áo dùng có cồn có khả năng khiến cho tình hình cương dương trở nên mất tự chủ

## **Xét nghiệm chuyên khoa**

Nếu tình hình cương cứng sau khi cắt bao ban đầu quy kéo dài cùng với chưa thể kiểm chế được Cho dù từng thử rất nhiều cách thì bạn nhất thiết đến gặp bác sĩ để định vị căn nguyên cụ thể cũng như đưa chảy hướng xử lý tốt nhất. Tránh tình hình tự ý chữa trị ở nhà khi chưa có chỉ định của bác sĩ khiến tình trạng nặng hơn hay tai biến sau thủ thuật cắt bao quy đầu.

## **2. Sau lúc cắt bao da quy đầu cần phải lưu ý gì?**

Để tránh tình hình cương cùng với một số bản khoản bất thường khác biệt sau lúc cắt bao quy đầu Bên cạnh đó thúc đẩy vết thương nhanh khỏi thì đáng mà râu cần phải lưu ý một số điều sau:

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

- Không "yêu" tình dục, thủ dâm hay thực hiện các hành động kích thích tình dục Trong khi chỗ bị thương chưa lành hẳn.
- Dùng quần áo phổ biến, mềm, nhẹ, thoáng khí để không nên ma sát đáng nhập chỗ bị thương.
- Có nguy cơ sử dụng băng keo y tế để cố định "cậu bé", tránh được tình hình bung chỉ hoặc xuất huyết chỗ bị thương vì va chạm.
- Vệ sinh cơ quan sinh dục và vết thương đúng giải pháp theo chỉ dẫn của thành viên y học.
- Hạn chế để vết thương và khu vực lân cận mắc ướt át, liên tục rửa cũng như thay băng theo lịch của bác sĩ chuyên khoa, tạo môi trường sạch giúp chỗ bị thương nhanh lành.
- Nếu mà vết thương quá cảm giác đau hoặc thì có tình hình sưng, mưng mủ, xuất huyết, mùi hôi tanh,... thì bạn nên liên hệ bác sĩ chuyên khoa để trả lời giải pháp chữa trị.
- Đặc biệt ko tự tiện bôi bất kỳ vật dụng gì vào chỗ bị thương.

Tránh làm các kích ứng tình dục hoặc "lâm trận" sau khi cắt bao da quy đầu

Phía ngoài một số chú ý phía trên thì việc chọn lọc địa điểm chất lượng để khám cùng với cắt da quy đầu cũng đóng nhiệm vụ cần thiết giúp cho không nên tai biến sau thủ thuật gồm tình hình cương không bình thường. Nếu như bạn đang thắc mắc chọn lựa cơ sở cắt bao quy đầu, bạn có nguy cơ vận dụng chọn lọc chuyên khoa bệnh nam khoa thuộc đội ngũ y tế MEDLATEC.