

前言

包皮彷彿是陰莖的高領外衣，當高領的部分過長，就會包住口鼻，甚至蓋住整顆頭(俗稱包莖)，就會導致小弟弟呼吸困難，長久下來會衍伸非常多影響健康的問題。

完美包皮的定義

完美的包皮長度，是在陰莖未勃起的情況下，包皮可以微微蓋住龜頭下三分之一處，而勃起後龜頭可以完全露出，為最理想的包皮長度。

包皮環切手術的好處

包皮環切手術(俗稱割包皮)，是人類最古老的手術之一。最早在古埃及時代就記載了這項手術。現今在世界各地仍有很多民族，無論是宗教、文化因素仍保留行割禮的儀式，而這些習慣並非空穴來風，隨著實證醫學的發達，臨床上割包皮的好處也慢慢被發現：

1. 包皮環切手術可有效降低 68% 感染龜頭包皮炎的機會。
2. 包皮環切手術可以降低將男性將人類乳突病毒(HPV)傳染給伴侶的機會，而人類乳突病毒正是女性子宮頸癌、男性陰莖癌、生殖器菜花的元兇。
3. 包皮內側也是愛滋病病毒(HIV)容易登陸感染的地方。研究發現，包皮環切手術也可降低愛滋病病毒感染的風險。但醫生在這邊強調，還是要做好安全措施(戴套)，而減少包皮長度則可以再多一道防線。

術後對性功能的影響

包皮環切手術完全不會影響勃起功能，根據研究顯示，反而約有四成的病人及其伴侶，因術後對陰莖的外觀感到滿意，而增加了性生活的滿意度。

包皮環切手術適應症

包莖(龜頭無法露出)、勃起會痛、因勃起束縛感而導致心因性勃起功能障礙、繫帶太緊、龜頭包皮發炎、包皮過長、糖尿病包皮發炎等。

精準包皮環切手術

將需要切除的包皮術前先測量好，使用刀片與電燒切除，再以尼龍線將傷口縫合，過程約 30~40 分鐘，比起傳統一刀切割法，此方法手術精準，較不會有割太多，包皮變過短的問題。過程出血量也較少。

術後須知

1. 術後一周內須多休息，避免劇烈走動、騎自行車、機車等。
2. 傷口在掉線以前應盡量保持乾燥，並使用抗菌藥膏在傷口處早晚各抹一次。
3. 三天後可淋浴，洗澡時須用保險套套住傷口，洗澡後再塗上藥膏。
4. 一周後須回診評估傷口。
5. 一個月內避免性行為。