



经常便秘是什么原因?有没有什么好的缓解方法?  
十人九痔真的这么严重?有什么好的治疗方法?  
肛肠疾病我们又该如何预防和治疗呢?  
徐州市中心医院肛肠科主任、主任医师杨光,做客《名医堂》为您讲解关于肛肠疾病的防与治。

”

现场专家:

杨光 肛肠科主任、主任医师

专家门诊时间:每周一、三、五上午

咨询电话:18952170069

# 肛肠疾病的防与治

## “出口”问题不容忽视

**杨光:** 肛肠疾病成为人们的多发病、常见病,有“十人九痔”之说。据相关数据显示,我国肛肠疾病人群的发病率竟然高达 67%,而且女性多于男性。对于肛肠疾病的关注,许多人都会因为发病部位的“敏感”、“特殊性”而有讳疾忌医的想法,这是非常错误的。

便秘是临床常见的复杂症状,而不是一种疾病。主要是指

排便次数减少、粪便量减少、粪便干结、排便费力等。上述症状同时存在 2 种以上时,可诊断为症状性便秘。便秘会导致毒素在体内堆积,造成皮肤暗淡无光,产生色斑,是损害女性健康美丽的元凶之一。

由于便秘是一种较为普遍的症状,症状轻重不一,大部分人常常不去特殊理会,认为便秘不是病,不用治疗,但实际上

便秘的危害很大。比如:1、便秘在有些疾病如结肠癌、肝性脑病、乳腺疾病、老年性痴呆的发生中起重要作用。2、便秘对急性心肌梗死、脑血管意外的病人可导致生命危险。3、部分便秘与肛肠疾病,如痔、肛裂等有密切的关系。因此,早期预防和合理治疗便秘将会大大减轻便秘带来的严重后果,改善生活质量,减轻社会和家庭负担。

## 正视便秘 远离便秘

**杨光:** 近年来,患便秘的中青年人呈明显上升趋势。工作压力大,心理过度紧张,加上缺乏身体锻炼,出门坐车,长期坐办公室,运动时间太少,活动量小,都是导致便秘的重要原因。其他原因还有:1、肠道器质性的病变,如巨结肠、结肠冗长、内套叠等;2、患有精神类疾病的患者正在服用精神类药物,

也会导致便秘;3、合并其他疾病产生的合并症,如:糖尿病等对肠道也有一定的影响;4、由肠道功能性疾病引起的便秘。

**生活中缓解便秘的方法:** 1、开塞露,主要是急用,用于有便意但排便困难时;2、三黄片,它属于泻药的一种,最好是在专业医生的指导下使用;3、揉肚子,是用于日常生活预防便

秘的一种方法,主要是按摩人体肚脐周围和肚子上的五个穴位,加快腹部血液循环,促进胃肠平滑肌的收缩,使腹内蠕动加强。(具体方法:按照顺时针方向进行按摩,可以按摩到左侧侧时进行适度的按压);4、喝香油,是一种饮食调理,香油有润肠通便的作用。

## “十人九痔”——你对痔疮了解多少?

**杨光:** 痔疮是肛门直肠底部及肛门粘膜的静脉丛发生曲张而形成的一个或多个柔软静脉团的一种慢性疾病。通常当排便时持续用力,造成此处静脉内压力反复升高,静脉就会肿大。妇女在妊娠期,由于盆腔受压迫,阻碍血液循环常会发生痔疮。

**症状一、大便出血:** 无痛性、间歇性便后有鲜红色血是其特点。出血一般发生在便前或者便后,有单纯的便血,也会与大便混合而下。血色鲜红,其出血时呈喷射状、点滴状、擦拭带血等。

**症状二、大便疼痛:** 大便秘时出血肛周疼痛现象。因为肛周的神经系统比较发达和敏锐,受到刺激后很容易发生疼痛。一般表现为轻微疼痛、刺痛、灼痛、胀痛等。

**症状三、直肠坠痛:** 肛门直肠坠痛主要是外痔的症状。如果内痔被感染、嵌顿,出现绞窄性坏死,这样会导致剧烈的坠痛。轻者有胀满下坠感,重者则会出现重坠痛苦。

**症状四、肿物脱出:** 肛门内部出现肿物脱出,这主要是中晚期内痔的症状。随着内痔痔核的不断增大,使粘膜及粘膜

下层与肛层分离,排便时,内痔结节可下降到齿状线以下,游离于肛管之外,经肛门脱出。

**症状五、流分泌物:** 肛门流出分泌物。主要由瘰口溢出,也会由肛内排出,或由肛周的肌肤溢出。直肠粘膜长期受痔的刺激,引起分泌物增多;晚期内痔,因肛门括约肌松弛,常有分泌物由肛门流出。

**症状六、肛门瘙痒:** 肛门及肛周皮肤出血瘙痒症状。主要是由于肛门分泌物、脱出痔核及周围皮肤受到了刺激,皮肤终日潮湿,从而产生瘙痒感,导致湿疹和瘙痒的发生。

## 五大原因导致痔疮

**1、不好的大便习惯。** 上厕所下蹲位看书看报,造成下蹲和大便时间延长,容易造成肛门盲肠内瘀血而引发疾病。大便时用力过猛,使盲肠肛门和盆底肌肉增多不必要的负担与局部瘀血,致使疾病发生和蔓延。

**2、大便异常。** 腹泻和大便秘结均是痔疮的重要致病原因。大便秘结是最大的祸根,盲肠内长期滞留有毒物质不仅可引发直肠癌,还可影响血液循环。

**3、慢性疾病。** 长期营养不好,体质虚弱导致肛门括约肌松弛无力。

**4、饮食原因。** 如食品质量的精粗,蔬菜种类的变化与量的增减,蛋白质、脂肪、纤维素等含量的多少,都能直接影响粪便成分,导致肛门直肠疾病。长期饮酒或喜食辛辣食品的人,因刺激消化道粘膜,造成血管扩张,结肠功能紊乱,造成肛肠疾病。

**5、生理原因。** 结肠、盲肠为运送食品残渣,存留粪便的主要器官,而食品经体内分解吸收后,残渣中常带有大量有害物质,长期滞留在结肠盲肠中,可引发肿瘤。

## 微创治“痔” 减轻痛苦

**杨光:** 痔无症状时可以不需治疗,只需注意饮食,保持大便通畅,保持会阴部清洁,预防并发病的发生。只有并发出血、脱垂、血栓形成及嵌顿等才需要治疗。其治疗方法大致分为保守疗法及外科手术治疗。

**一、保守疗法。** 首先应该避免各种容易导致痔疮发生和加重的不良习惯。同时可以使用药物治疗。长时间便秘患者可使用软化大便药物。

**二、外科手术治疗** 保守治疗效果不佳,症状无法改善时,可考虑手术治疗。现

多采用微创痔手术方法,具体如下:

**1、吻合器痔切除术:** 吻合器内痔切除术结合外痔切除术,可以治疗各种内痔以及混合痔,尤其是重度环状混合痔。术后疼痛减轻,恢复时间缩短。

**2、硬化剂注射术:** 常用于非脱出性的内痔,以出血为主要表现的内痔,尤其是体弱患者,不能耐受手术患者较适宜。

**3、超声多普勒引导下痔动脉结扎术:** 常用于内痔脱出、出血患者。其优点在于不用切开,同时对于脱垂性痔有悬吊作用。

本版特别感谢《名医堂》编导:马涛等;整理王玫

◆《名医堂》下期节目预告

## 前列腺的“男”言之隐

临床发现,25%~50%的男性遭受过前列腺炎的困扰,近年来前列腺呈高发和低龄化的发展趋势。前列腺炎的诱发因素有哪些?又有哪些临床表现呢?徐州市中心医院泌尿外科周祥举主任医师做客《名医堂》为您讲解前列腺炎的相关科普知识。

现场专家:周祥举 泌尿外科副主任 主任医师

《名医堂》节目播出时间:每周日晚 6 点。欢迎大家届时收看或点击徐州市中心医院网站《健康视频》收看。徐州市中心医院网址: <http://www.xzch.cn>;现场观众报名电话:0516—96889688