

专家与您
面对面

痔

主编 刘红旗 尤蔚



怎么防？怎么治？

全面了解痔

正确面对痔的“防”与“治”

专家与您
面对面

痔

THE HISTORY OF HEMORRHOIDS

怎么防？怎么治？

中国工程院
院士 王澍

《中华临床营养杂志》“痔”与“肠”

科学出版社



专家与您面对面

痔

主编 / 刘红旗 尤 蔚

中国医药科技出版社



图书在版编目 (CIP) 数据

痔 / 刘红旗, 尤蔚主编. — 北京: 中国医药科技出版社, 2016.1

(专家与您面对面)

ISBN 978-7-5067-7651-6

I. ①痔… II. ①刘… ②尤… III. ①痔-防治 IV. ①R657.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2015) 第 144652 号

专家与您面对面——痔

美术编辑 陈君杞

版式设计 大隐设计

出版 中国医药科技出版社

地址 北京市海淀区文慧园北路甲 22 号

邮编 100082

电话 发行: 010-62227427 邮购: 010-62236938

网址 www.cmstp.com

规格 880 × 1230mm $1/32$

印张 $4\frac{7}{8}$

字数 77 千字

版次 2016 年 1 月第 1 版

印次 2016 年 1 月第 1 次印刷

印刷 北京九天众诚印刷有限公司

经销 全国各地新华书店

书号 ISBN 978-7-5067-7651-6

定价 19.80 元

本社图书如存在印装质量问题请与本社联系调换



内容提要

痔怎么防？怎么治？本书从“未病先防，既病防变”的理念出发，分别从基础知识、发病信号、鉴别诊断、综合治疗、康复调养和预防保健六个方面进行介绍，告诉您关于痔您需要知道的有多少，您能做的有哪些。

阅读本书，让您在全面了解痔的基础上，能正确应对痔的“防”与“治”。本书适合痔疮患者及家属阅读参考，凡患者或家属可能存在的疑问，都能找到解答，带着问题找答案，犹如专家与您面对面。



专家与您面对面

丛书编委会（按姓氏笔画排序）

王 策 王建国 王海云 尤 蔚 牛 菲 牛胜德 牛换香
尹彩霞 申淑芳 史慧栋 付 涛 付丽珠 白秀萍 吕晓红
刘 凯 刘 颖 刘月梅 刘宇欣 刘红旗 刘彦才 刘艳清
刘德清 齐国海 江 莉 江荷叶 许兰芬 李书军 李贞福
张凤兰 张晓慧 周 萃 赵瑞清 段江曼 高福生 程 石
谢素萍 熊 露 魏保生



前言

“健康是福”已经是人尽皆知的道理。有了健康，才有事业，才有未来，才有幸福；失去健康，就失去一切。那么什么是健康？健康包含三个方面的内容，身体好，没有疾病，即生理健康；心理平衡，始终保持良好的心理状态，即心理健康；个人和社会相协调，即社会适应能力强。健康不应以治病为本，因为治病花钱受罪，事倍功半，是下策。健康应以养生预防为本，省钱省力，事半功倍，乃是上策。

然而，污染的空气、恶化的水源、生活的压力等等，来自现实社会对健康的威胁却越来越令人担忧。没病之前，不知道如何保养，一旦患病，又不知道如何就医。基于这种现状，我们从“未病先防，既病防变”的理念出发，邀请众多医学专家编写了这套丛书。丛书本着一切为了健康的目标，遵循科学性、权威性、实用性、普及性的原则，简明扼要地介绍了100种疾病。旨在提高全民族的健康与身体素质，消除医学知识的不对等，把健康知识送到每一个家庭，帮助大家实现身心健康的理想。本套丛书的章节结构如下。

第一章 疾病扫盲——若想健康身体好，基础知识须知道；

第二章 发病信号——疾病总会露马脚，练就慧眼早明了；

第三章 诊断须知——确诊病症下对药，必要检查不可少；



第四章 治疗疾病——合理用药很重要，综合治疗效果好；

第五章 康复调养——三分治疗七分养，自我保健恢复早；

第六章 预防保健——运动饮食习惯好，远离疾病活到老。

按照以上结构，作者根据在临床工作中的实践体会，和就诊时患者经常提出的一些问题，对100种常见疾病做了系统的介绍，内容丰富，深入浅出，通俗易懂。通过阅读，能使读者在自己的努力下，进行自我保健，以增强体质，减少疾病；一旦患病，以利尽早发现，及时治疗，早日康复，将疾病带来的损害降至最低限度。一书在手，犹如请了一位与您面对面交谈的专家，可以随时为您答疑解惑。丛书不仅适合患者阅读，也适用于健康人群预防保健参考所需。限于水平与时间，不足之处在所难免，望广大读者批评、指正。

编者

2015年10月



目录

第1章 疾病扫盲

——若想健康身体好，基础知识须知道

- 什么是痔疮 / 2
- 直肠周围的组织器官 / 2
- 人为什么会患痔疮 / 3
- 人体消化系统的组成 / 3
- 什么是肛管，其结构如何 / 4
- 什么叫直肠瓣，它具有什么作用 / 6
- 什么叫直肠柱 / 6
- 什么叫肛瓣和肛窦 / 7
- 什么叫肛乳头 / 8
- 什么叫肛腺 / 8
- 什么叫齿线，在临床上有什么意义 / 9
- 什么叫栉膜带与痔环 / 10
- 什么是肛门内括约肌 / 11
- 什么是肛门外括约肌 / 12
- 提肛肌有什么作用 / 13
- 耻骨直肠肌有什么作用 / 15
- 什么是直肠尾骨肌和肛门皱皮肤 / 15
- 什么是肛管直肠环 / 16
- 直肠的结构 / 16
- 痔疮是三大主要肛肠疾患之一 / 17
- 什么是痔核 / 18



- 痔多青睐女性 / 20
- 痔疮只“钟情”人类 / 21
- 痔疮多发于 20 ~ 40 岁 / 22
- 痔疮高发的职业 / 22
- 痔疮有遗传倾向吗 / 23
- 女性妊娠期间和分娩后容易患痔疮 / 24
- 痔的主要病因是排便异常 / 25
- 痔疮不易治愈 / 26
- 痔疮会癌变吗 / 26
- 痔疮会传染吗 / 27
- 痔的分类 / 27
- 大肠癌容易被误认为痔疮 / 28

第2章 发病信号

——疾病总会露马脚，练就慧眼早明了

- 常见肛门直肠疾病的主要症状 / 32
- 需留意危险信号 / 33
- 不同疾病便血情况不同 / 33
- 突发便血但肛门不疼痛应考虑什么疾病 / 34
- 排便时剧烈疼痛，便纸上有血应考虑什么疾病 / 36
- 便中混有血往往是重大疾病的先兆 / 37
- 肛门周围突然肿胀、疼痛应考虑什么疾病 / 38
- 贯穿整个排便过程中的疼痛应考虑什么疾病 / 39
- 肛周流脓、局部潮湿应考虑什么疾病 / 39
- 瘤状物脱出肛门应考虑什么疾病 / 40
- 肛门发痒应考虑什么疾病 / 41



如何判断痔疮的轻重 / 42

大肠息肉的特点 / 43

第3章 诊断须知

——确诊病症下对药，必要检查不可少

怎样选择肛肠专科 / 46

到肛肠科就诊前要做的准备 / 46

如何回答医生的问诊 / 47

轻松地接受检查 / 48

肛肠科检查对体位的要求 / 50

肛肠科的常用检查 / 51

需要鉴别的疾病 / 55

检查大肠癌的方法有哪些 / 59

第4章 治疗疾病

——合理用药很重要，综合治疗效果好

疼痛剧烈时的应急治疗 / 62

便血后的应急治疗 / 62

肛门脱出物的应急治疗 / 63

肛门瘙痒的应急治疗 / 63

常用哪些治疗方式 / 64

内痔的治疗 / 65

血栓性外痔一般不需要手术 / 70

痔疮因妊娠、分娩而加重需要做手术 / 70

长期脱肛需要手术治疗 / 72

痔疮的治疗原则 / 72



何种情况下肛肠疾病不必手术治疗 / 74

肛肠手术常用的麻醉方法 / 74

肛肠疾病手术前要做的准备 / 75

如何正确使用坐药、软膏和内服药 / 76

第5章 康复调养

——三分治疗七分养，自我保健恢复早

痔疮必须要手术吗 / 80

不良生活习惯会导致痔疮复发 / 80

肛肠手术后活动方面的注意事项 / 81

手术后排便的注意事项 / 81

手术后如何进行肛门部位坐浴和淋浴 / 82

痔疮栓的作用 / 83

术后换药特别重要 / 84

怎样防治手术后疼痛 / 85

术后为何会发生肛门坠胀 / 86

术后为何有时会出现发热现象 / 87

术后为何会发生排尿障碍或尿潴留 / 88

为什么有的患者肛门部位创面难以愈合 / 89

术后出院应注意什么 / 90

术后如何康复锻炼 / 91

坚持辅助性地采用药物疗法 / 92

坐药就寝前使用 / 93

痔疮的按摩疗法 / 94

如何预防肛裂 / 95



如何预防肛瘘 / 97

如何预防直肠脱垂 / 97

如何预防肛门直肠周围脓肿 / 98

第6章 预防保健

——运动饮食习惯好，远离疾病活到老

调整排便习惯 / 102

清洁肛门 / 104

缩短上厕所的时间 / 105

注意饮食防便秘 / 106

润肠通便食谱 / 107

通过适当运动改善排便 / 115

常用锻炼的方法 / 116

通过肛门体操来锻炼肛门 / 117

不要依靠药物来调整排便 / 118

痔疮患者腹部保健按摩 / 119

足部按摩注意事项 / 119

耳穴贴压 / 120

食物的选择 / 121

精选菜肴 / 122

精选药膳配方 / 125

痔疮患者可选用的饮料 / 127

痔疮患者可选用的汤羹类 / 129

痔疮患者可选用的粥方 / 133

痔疮患者可选用的保健茶 / 136



痔疮患者可选用的敷洗配方 / 138

饮食禁忌 / 140

如何预防痔疮的发生 / 141



第 1 章

疾病扫盲

若想健康身体好，基础知识
须知道



什么是痔疮

痔疮自古就有，人们发明了许多治疗方法，但是，似乎并未减轻痔疮给人们带来的痛苦。痔疮是发生在肛门内外的常见病、多发病。据国内普查报告资料，肛门直肠疾病的发病率为 59.1%，其中痔疮的发病率占肛肠疾病的 87.25%，因此我国民间有“十人九痔”的俗语。痔疮种类不同，病因不同，治疗方法也不一样。有的痔疮不需特殊处理就能好，有的必须立即手术治疗。如果判断错误，会使病情由轻变重、由重变得难以治愈，甚至给患者带来一生的痛苦。

好在痔疮有明显的症状，如便血、疼痛和肛门内瘤状脱出物等。以这些症状为依据，明确自己所患痔疮的类型，然后了解其原因和医生的治疗对策，再开始接受治疗。

痔疮病情加重，几种症状重叠，也可以出现更为复杂的症状。例如，在内痔基础上发生了肛裂，进一步形成了溃疡，这样症状就复杂了，外行诊治就容易出错。因此应该找专科医生确诊，再进行治疗。

直肠周围的组织器官

直肠只有一半在腹腔内，其前面及上部的两侧面被薄而光滑的

腹膜覆盖，其前方与男性的膀胱或女性的子宫之间有一个明显的凹陷，在男性叫作直肠膀胱陷凹，在女性叫作直肠子宫陷凹。

直肠在腹腔外的部分，前方与男性的膀胱、前列腺相邻，与女性的子宫和阴道相邻。后方紧贴骶骨下行，故与骶骨有相同的弯曲度。直肠两侧有直肠侧韧带将直肠固定于骨盆侧壁，防止其松弛脱垂。

人为什么会患痔疮

痔疮是人类所患的一种特殊疾病，动物就不会患，因为动物四脚着地，躯干与地面平行，而人是站立行走的，肛门位置较低，腹腔压力较大，因此容易产生痔疮。一般长期坐着的白领阶层、出租汽车司机易患痔疮，另外孕妇的腹压增大，也易患痔疮。痔疮也与饮食习惯有关系，像刺激性食物，如酒、桂圆、生姜、辣椒等，都易引起痔疮。

人体消化系统的组成

人体消化系统由消化道和消化腺两大部分组成。