

中国家庭自诊自疗自养

便秘防治法235



中国 80 余位医学专家全力撰写 · 全国 260 余家甲等医院联合推荐 · 面对医疗改革政策百姓急需

内蒙古科学技术出版社

编者的话

便秘是临床上较为常见的症状之一，全身各系统疾病都能引起便秘。多年来便秘一直困扰着广大患者，在某种程度上也影响了患者的身体健康。为了深入探讨便秘的症状学特征，使广大便秘患者了解便秘的防治知识，养成正确的生活习惯，以解除便秘给人体带来的痛苦，我们吉林省人民医院消化内科，组织有经验的医生和护士，结合多年从事消化疾病防治的临床经验，编写了《便秘防治 385 问》。本书从消化系统的解剖、生理、病理生理、病因发病机制、临床伴随症状与体征、便秘所引起的不良后果、便秘的诊断、鉴别诊断、中西医治疗以及预防护理等，多个方面进行了较为系统全面的介绍。全书采用问答形式，集科普与专业知识于一体，既适用于广大读者了解便秘的一般性知识，又为消化系专业人员提供了一本有价值的工具书。本书具有较强的科学性、实用性、可读性。

由于时间的仓促，本书难免有不足之处，恳切希望读者与同行们提出宝贵意见。

编 者

1999 年 1 月 11 日

目 录

人体消化系统的解剖

1. 人体消化系统有哪些器官? 3
2. 上、下消化道是如何划分的? 4
3. 区分上、下消化道有何意义? 4
4. 上消化道包括哪些器官, 各有何功能? 4
5. 下消化道包括哪些器官, 各有何功能? 6
6. 食管分哪几部分? 6
7. 小肠的形态和位置如何? 7
8. 小肠的构成及组织结构是什么? 7
9. 结肠的形态、构成、位置及分布怎样? 9
10. 结肠的解剖特点是什么? 9
11. 动脉血是如何供应结肠的? 10
12. 结肠的静脉回流分布怎样? 11
13. 结肠的淋巴组织有哪些? 是怎样分布的? 11
14. 结肠受哪些神经支配, 是如何分配的? 12
15. 哪些神经支配肠壁平滑肌的运动? 12
16. 直肠瓣的位置及其作用如何? 13
17. 什么是肛柱、肛瓣和肛窦? 13
18. 什么是肛腺? 它的位置及功能是什么? 14
19. 齿线在临床上有什么意义? 14
20. 肛门内括约肌的作用是什么? 15

21. 肛门括约肌分几部分? 16
22. 提肛肌的位置及作用是什么? 16
23. 耻骨直肠肌的位置及作用是什么? 18
24. 联合纵肌的位置及作用是什么? 18
25. 栉膜带与痔环是什么? 19
26. 直肠尾骨肌及肛门皱皮肌特点是什么? 19
27. 为什么完全切断肛管直肠环可造成肛门失禁? 19
28. 供应肛管、直肠的动脉有哪些? 20
29. 肛管直肠的静脉回流怎样? 21
30. 肛管直肠的淋巴回流到何处? 21
31. 肛门直肠由哪些神经支配? 22
32. 直肠及其周围有哪些结构? 23

人体消化系统的生理

33. 食物在消化道内是怎样被消化和吸收的? 27
34. 肝脏、胆囊、胰腺在消化过程中起哪些作用? 27
35. 什么叫“食物的消化”? 主要由哪些器官完成? 29
36. 什么叫“食物的吸收”? 主要由哪些器官完成? 30
37. 简要说明消化系统的功能有哪些? 31
38. 消化道对食物的消化方式有哪些? 31
39. 人体能吸收的物质是哪些? 主要在哪部分消化道吸收的? 31
40. 肠壁平滑肌的特点有哪些? 32
41. 胃肠功能的调节受哪些因素来控制? 33
42. 胃肠激素一般都有哪些生理作用? 这些作用是

- 通过哪些途径发挥的? 34
43. 周围神经对消化道运动的影响? 35
44. 中枢神经系统与肠神经系统的关系如何? 37
45. 消化道运动仅由神经调节吗? 38
46. 食物在口腔里有些什么生理变化? 38
47. 小肠在食物消化、吸收过程中的作用是什么? 39
48. 小肠的主要功能是什么? 40
49. 小肠液的性质、成分和作用是什么? 41
50. 小肠液中有哪些消化酶, 起什么作用? 42
51. 有哪些物质是在小肠吸收的? 42
52. 小肠液分泌受哪些因素的影响? 44
53. 小肠有哪些内分泌细胞? 各分泌何种物质? 45
54. 食物在消化道内的第一道加工是在哪个器官? 45
55. 食物在消化道的第二道加工是在哪个器官? 46
56. 为什么说小肠是对食物的第三道加工, 也是最重要的一次加工? 46
57. 为什么说小肠是功勋卓著的食品加工作坊? 47
58. 大段小肠被切除后其吸收功能是否会受到影响? 48
59. 为什么小肠完全切除后人不能生存? 49
60. 小肠的运动受哪些因素调节? 50
61. 小肠运动形式与大肠一样吗? 51
62. 食物在小肠内及大肠内的消化、吸收一样吗? 52
63. 结肠的主要功能是什么? 53

64. 大肠液的性质、成分及作用是什么？	53
65. 结肠内食糜的主要成份是什么？	54
66. 大肠能吸收哪些物质？	55
67. 水分在大肠内是如何被吸收的？	56
68. 钠、氯、钙、镁等电解质在大肠内是怎样被 吸收的？	57
69. 大肠的分泌功能如何？	59
70. 大肠的运动特点是什么？	61
71. 大肠运动受哪些因素影响？	61
72. 大肠运动的形式有哪些？	62
73. 增强和抑制结肠运动的因素有哪些？	64
74. 大肠内的细菌起什么作用？	65
75. 大肠内氨的来源及吸收？	66
76. 腹胀的原因是什么？	67
77. 直肠的功能有哪些？	67
78. 肛管由哪些组织构成，它的生理作用有哪些？ 临床意义是什么？	68
79. 肛门为什么能够收缩、松弛和排便？	69
80. 人是如何将粪便排出体外的？	70
81. 人体是怎样完成排便过程的？	70
82. 粪便的主要成分是什么？	72
83. 正常排便所需要的条件是什么？	73
84. 影响排便的因素有哪些？	74
85. 排便反射受哪些因素影响？	74
86. 为什么说人的意识可以控制排便？	75
87. 正常人的大便次数和量是怎样的？	76
88. 小儿消化道的生理特点有哪些？	77
89. 老年人消化道的生理特点有哪些？ 功能有何	

改变?	78
90. 孕妇消化道有何生理改变?	79
便秘的一般性问题	
91. 什么是便秘? 大便干结也是便秘吗?	83
92. 为什么便秘不能根据排便次数多少而定?	83
93. 便秘常见的分类有哪些?	84
94. 结肠性便秘分哪几类?	84
95. 急性便秘及慢性便秘的定义是什么?	84
96. 什么是器质性便秘? 什么是功能性便秘?	85
97. 功能性便秘与器质性便秘有什么区别?	86
98. 何谓痉挛性便秘? 其病因有哪些?	88
99. 何谓阻塞性便秘?	88
100. 痉挛性便秘与梗阻性便秘的区别是什么?	88
101. 结肠性便秘和直肠性便秘的区别是什么?	89
102. 什么是单纯性便秘? 引起单纯性便秘的原因 有哪些?	90
103. 什么是饮食性便秘?	90
104. 何谓小儿习惯性便秘?	91
105. 习惯性便秘是功能性的吗?	91
106. 中医如何看便秘?	91
107. 中医将便秘分为几类?	92
108. 什么是热秘?	92
109. 什么是冷秘?	92
110. 什么是气秘?	93
111. 什么是虚秘?	93
112. 什么是胃轻瘫? 它可引起便秘吗?	93
113. 什么叫假性肠梗阻? 它可造成便秘吗?	94
114. 什么叫粪结石? 对有粪结石的病人应怎样	

处理? 94

便秘的病因及发病机理

115. 排便是怎样引起的? 里急后重指的是什么? 99
116. 大便也有规律吗? 99
117. 便秘对人体有影响吗? 100
118. 为什么说便秘是全身多器官损害的致病因素? 101
119. 引起便秘的病因有哪些? 102
120. 如何判定便秘的原因? 104
121. 功能性便秘的原因有哪些? 105
122. 造成功能性便秘的最主要原因是什么? 106
123. 器质性便秘的原因有哪些? 106
124. 何谓无紧张性便秘? 其常见的原因是什么? 108
125. 中医所指的便秘原因有哪些? 109
126. 中医认为习惯性便秘的病因是什么? 109
127. 引起无力性便秘和痉挛性便秘的原因有哪些? 110
128. 引起肠梗阻的原因有哪些? 肠梗阻时为什么能引起便秘? 110
129. 新生儿便秘可由哪些原因引起? 111
130. 小儿便秘的常见原因及不良后果是什么? 113
131. 老年人便秘的原因有哪些? 113
132. 孕妇便秘的原因有哪些? 115
133. 便秘时大便不干的原因是什么? 115
134. 肛肠疾病术后便秘的原因及处理原则有哪些? 116
135. 腹腔内哪些疾病可致便秘? 116

136. 内分泌及代谢疾病可致便秘吗? 117
137. 结肠、直肠和肛门的哪些疾病可致便秘? 117
138. 功能性出口处便秘主要指哪些便秘? 118
139. 哪些疾病能引起直肠性便秘? 118
140. 哪些神经系统疾病会造成便秘? 119
141. 哪些全身系统疾病会导致便秘? 119
142. 哪些肌肉无力可造成便秘? 其原因是什么? 119
143. 哪些药物和化学制剂可引起便秘? 120
144. 哪些疾病所致的便秘常伴发热? 120
145. 哪些饮食习惯会造成便秘? 121
146. 结肠肿瘤会引起便秘吗? 122
147. 结肠息肉可以导致便秘吗? 122
148. 肠道易激综合征能出现便秘吗? 123
149. 肠道易激综合症的便秘特点有哪些? 123
150. 患肛裂后为什么容易造成大便秘结? 124
151. 为什么孕妇易发生便秘? 124
152. 为什么老年人易发生便秘? 124
153. 妇女产后为什么容易出现便秘? 该怎样防治? 125
154. 便秘有哪些伴随症状? 其原因是什么? 126
155. 劳累过度及情绪波动会造成便秘吗? 126
156. 非溃疡性消化不良与便秘有关吗? 128
157. 便秘与电解质失衡有关吗? 128
158. 便秘与衰老及美容有关吗? 129
159. 为什么肺结核的病人要保持大便通畅? 130
160. 为什么说肝硬化的病人更应该防治便秘? 131
161. 为什么便秘能加重肛裂? 132

-
162. 过去大便正常, 最近经常便秘, 为什么? 132
163. 为什么有时便秘, 有时腹泻? 132
164. 便秘可引起哪些不适? 133
165. 便秘的发病情况怎样? 134
166. 男性与女性便秘的发病率相等吗? 134
167. 便秘的患者可能出现哪些病理生理变化? 135
168. 中年人功能性便秘的病变机理? 135
169. 便秘发生的机理是什么? 136
170. 中医怎样描述便秘的基本病机? 136
171. 热秘的中医辨证要点是什么? 137
172. 冷秘中医如何辨证? 138
173. 中医对虚秘的辨证要点有哪些? 138
174. 单纯习惯性便秘中医如何辨证? 139
175. 便秘的病理生理及心理情况如何? 139
176. 弛缓性结肠性便秘是怎样产生的? 其临床特点是什么? 140
177. 痉挛性结肠性便秘是怎样产生的? 其特点是什么? 140
178. 梗阻性结肠性便秘是怎样产生的? 其主要特点是什么? 141
179. 直肠性便秘是怎样产生的? 其临床特点是什么? 141
180. 引起便秘的疾病有哪些? 142
181. 不良的排便习惯会造成便秘吗? 143
182. 控制排便与便秘有关吗? 143
183. 多食用含纤维的食物, 对排便有什么好处? 144
184. 便秘和人的体质有关吗? 145

185. 老年人经常便秘有哪些危害? 145
186. 肠道易激综合征所致的便秘为什么忌用泻剂? 146
187. 便秘对人体的危害有哪些? 146
188. 长期便秘可导致大肠憩室吗? 147
189. 为什么长期便秘可致大肠癌、大肠息肉? 148
190. 便秘能诱发痔疮吗? 149

便秘的临床表现与诊治

191. 便秘的主要症状及体征有哪些? 153
192. 小儿长期便秘会出现哪些症状? 154
193. 便秘有哪些情况需要去医院检查? 154
194. 对便秘病人行粪便检查有何意义? 154
195. 便秘病人应检查哪些项目? 155
196. 直肠指诊有什么临床意义? 155
197. 直肠指诊的操作过程是什么? 157
198. 便秘的病人是否有必要做胃肠 X 线钡餐透视检查? 157
199. 为什么说便秘病人做肛门直肠镜、乙状结肠镜检查有重要意义? 158
200. 为什么说对便秘的病人详细询问病史有重要意义? 159
201. 如何自我诊断便秘? 160
202. 小儿习惯性便秘如何诊断? 161
203. 习惯性便秘的诊断标准是什么? 162
204. 结肠癌所引起便秘的诊断依据是什么? 163
205. 腹痛伴有腹泻或便秘是怎么回事? 163
206. 便秘常见的鉴别诊断有哪些? 164
207. 小儿习惯性便秘与先天性巨结肠、先天性直肠、

- 肛门畸形的鉴别诊断? 164
208. 如何鉴别肠道易激综合症所引起的便秘? 165
209. 腹部手术后会发生便秘吗? 此种便秘该怎样
处理? 166
210. 为什么便秘易造成痔疮及肛裂? 其临床表现是
什么? 166
211. 哪些疾病常出现便秘——腹泻交替现象? 168
212. 便秘伴便血者, 应注意有哪些疾病存在? 169
213. 便秘伴腹部包块常见于哪些疾病? 170
214. 便秘伴腹痛应考虑哪些疾病? 172
215. 便秘伴全身乏力常见于哪些疾病? 173
216. 耻骨直肠肌综合症便秘有何特点? 如何治
疗? 174
217. 直肠前突所致便秘的原因是什么? 应如何
治疗? 174
218. 直肠内套叠病人的便秘有何表现? 应该怎么
治疗? 175
219. 便秘应怎样正确治疗? 176
220. 出现便秘后应改善哪些不良习惯? 177
221. 便意能自我引发吗? 177
222. 采取哪些方法能引出便意? 178
223. 便秘的处理原则是什么? 179
224. 中西医治疗便秘的原则是什么? 179
225. 便秘对人体有哪些影响? 应该如何治疗? 180
226. 如何治疗便秘? 180
227. 西医如何治疗便秘? 181
228. 顽固性便秘常用的药物治疗方法有哪些? 183
229. 顽固性便秘患者在治疗上应采取哪些措

施?	184
230. 习惯性便秘的治疗方法有哪些?	185
231. 习惯性便秘有什么解决的办法?	186
232. 单纯习惯性便秘中医如何治疗?	187
233. 习惯性便秘中医如何治疗?	188
234. 中医如何治疗气秘?	188
235. 对气秘患者如何治疗? 手法如何?	189
236. 对虚秘患者如何治疗? 手法如何?	189
237. 中医如何治疗虚秘?	190
238. 中医如何治疗冷秘?	191
239. 对冷秘患者如何治疗? 手法如何?	192
240. 中医如何治疗热秘?	192
241. 中医如何治疗气虚便秘?	193
242. 中医如何治疗阴虚便秘?	193
243. 中医如何治疗湿滞便秘?	194
244. 宣肺通便法是指什么?	194
245. 苦寒通下法是指什么?	195
246. 通下泄热法是指什么?	196
247. 润下通便法是指什么?	197
248. 温阳通下法是指什么?	197
249. 便秘病人如何选择中成药?	198
250. 中药“麻仁润肠丸”由哪几种成份组成? 如何 正确服用?	198
251. “通幽润燥丸”由哪几种成份组成? 如何服用?	199
252. “通便灵”的主要成份? 如何服用?	200
253. “新清宁”片的主要成份是什么? 如何服用?	200
254. “龙胆泻肝丸”的主要成份是什么? 如何 服用?	200

255. “牛黄解毒片”的主要成份是什么？如何服用？	201
256. 中药治疗便秘有哪几种单味药？	202
257. 治疗便秘的成方有哪些？	202
258. 治疗老年性便秘常见的单验方有几种？	203
259. 治疗便秘的几个民间小验方：	204
260. 常用治便秘的小偏方：	206
261. 治疗便秘的单味药有哪些？	207
262. 治疗便秘的外治法？	208
263. 治疗便秘的自我按摩手法是什么？	208
264. 怎样应用按摩方法治疗便秘伴肥胖？	209
265. 怎样应用按摩方法治疗便秘伴腹胀？	209
266. 怎样用按摩方法治疗便秘伴腹痛？	210
267. 治疗便秘的按摩手法是什么？	210
268. 埋线法能治疗便秘吗？	211
269. 虚秘的手法治疗有哪些？	211
270. 实秘的手法治疗有哪些？	211
271. 针灸能治便秘吗？为什么？	212
272. 何为穴位注射疗法？它包涵哪些内容？	213
273. 对热秘患者应选用哪些穴位针刺？手法 如何？	213
274. 如何点穴治疗便秘？	214
275. 中医治疗便秘的膳食原则是什么？	214
276. 阳虚秘如何配餐？	215
277. 血虚秘如何配餐？	216
278. 气虚秘如何配餐？	218
279. 实热秘如何配餐？	220
280. 气滞秘如何配餐？	221
281. 什么样的便秘适用于灌肠？	223

-
282. 灌肠的方法有哪些? 223
283. 如何采用灌肠法治疗便秘? 灌肠包括几种方法? 224
284. 简易通便法有几种? 具体操作方法如何? 226
285. 对便秘病人在什么情况下应用手通便? 227
286. 便秘时使用泻药应掌握什么原则? 227
287. 怎样掌握泻药的服药时间? 228
288. 妊娠期妇女能用泻药吗? 如必须使用应注意哪些事项? 228
289. 怎样正确选择泻药? 229
290. 如何掌握使用缓泻剂的适应症? 229
291. 泻药对滞留在直肠的硬结粪块也有效吗? 应采用何种方法治疗? 230
292. 服用泻药后, 大便仍不能完全通畅该怎么办? 230
293. 小儿服用泻药需注意什么事项? 230
294. 经常使用泻药能上瘾吗? 231
295. 泻药的副作用有哪些? 应如何避免及处理? ... 231
296. 便秘时滥用泻药的表现有哪些? 232
297. 出现便秘后经常用泻药和灌肠有什么坏处? 233
298. 滥用泻药能产生哪些不良后果? 233
299. 长期应用泻药会产生哪些后果? 234
300. 便秘时常用的泻药有哪些? 234
301. 对于便秘的病人如何使用开塞露? 235
302. 哪些药属于润滑剂? 其作用机制如何? 怎样应用? 235
303. 哪些药属于肠道刺激剂? 作用机制是什么? 如

何应用?	236
304. 哪些药属于容积泻剂? 其作用机制是什么? 如何应用?	236
305. 番泻叶的药理作用是什么?	237
306. 大黄的药理作用是什么?	238
307. 芦荟能使大便软化, 诱发肠蠕动吗?	239
308. 芦荟能治便秘吗?	239
309. 什么样体质的人适合服用芦荟?	240
310. 芦荟有副作用吗?	240
311. 芦荟的标准用量是多少? 有哪些用法?	240
312. 长期连续服用芦荟对人体有害吗?	241
313. 抑制消化道运动药物分哪几类?	241
314. 促消化道运动药物有哪些?	244
315. 普瑞博思可治疗哪些疾病?	244
316. 为什么说普瑞博思治疗便秘效果比吗丁啉及胃复安好? 它适于哪些原因所致便秘?	246
317. 普瑞博思的作用及作用机理是什么?	247
318. 普瑞博思的用法是什么?	248
319. 普瑞博思的不良反应有哪些?	248
320. 吗丁啉可治疗哪些疾病?	249
321. 吗丁啉的用法及不良反应是什么?	250
322. 胃复安可以治疗哪些疾病?	250
323. 胃复安的作用机制是什么?	252
324. 胃复安有什么作用?	252
325. 胃复安怎样用?	253
326. 胃复安的不良反应及禁忌症是什么?	253
327. 六味安消为什么能治疗便秘?	254
328. 胆维他片可以治疗便秘吗?	255

329. 胆宁片能治疗哪种便秘? 255
330. 思密达有什么特点? 256
331. 治疗便秘的新药——杜秘克 257
332. 治疗便秘的新药——导肠粒 257
333. 治疗便秘的新药——润肠粒 258
334. 治疗便秘的新药——便塞停 258
335. 便秘病人什么情况下需手术治疗? 259
336. 慢性便秘的手术治疗? 260
337. 什么是便秘的行为疗法? 它包括哪些? 261
338. 倒立能治疗便秘吗? 261
339. 气功是通过哪些作用来治疗便秘的? 262
340. 练气功能治便秘吗? 如果能, 怎样练法? 262
341. 气功治疗便秘的方法如何? 263
342. 如何通过体操疗法治疗便秘? 264
343. 坚持练腹式呼吸能使便秘症状减轻吗? 264
344. 饮食疗法能治疗便秘吗? 265
345. 常服维生素也能治疗便秘吗? 267
346. 适量活动及规律生活能治疗便秘吗? 268
347. 什么样的饮料能促进排便? 268
348. 精神压力过大也能产生便秘吗? 应如何治
疗? 269
349. 神经官能症患者也能出现便秘吗? 应如何
治疗? 269
350. 如何治疗慢性肾功能衰竭病人出现的便
秘? 270
351. 如何治疗高血压病人的便秘? 271
352. 如何治疗肝性脑病引起的便秘? 271
353. 如何治疗吸毒引起的便秘? 273