

痔

防治182问

ZHI FANGZHI 182 WEN

主编 金黑鹰 谢英彪

欢迎阅读军医版精品图书

简便实用的预防方法

最新最权威的治疗方案

医学专家为您答疑解惑

一书在手，防治无忧

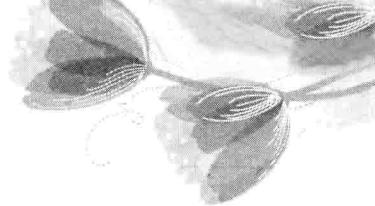
献给勇于自我管理健康的朋友



人民军医出版社

PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

常见病健康管理答疑丛书



痔防治 182 问

ZHI FANGZHI 182 WEN

主 编 金黑鹰 谢英彪

编 者 (以姓氏笔画为序)

卢 岗 刘欢团 严玉美

陈素琴 周明飞 赵晓东

徐 蕾 徐贞勇 黄志坚

黄春霞 谢 春



人民军医出版社

PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

北 京

图书在版编目 (CIP) 数据

痔防治182问 / 金黑鹰, 谢英彪主编. —北京: 人民军医出版社, 2014.4

(常见病健康管理答疑丛书)

ISBN 978-7-5091-7319-0

I. ①痔… II. ①金…②谢… III. ①痔—防治—问题解答
IV. ①R657.1-44

中国版本图书馆CIP数据核字 (2014) 第018043号

策划编辑: 崔晓荣 文字编辑: 卢紫晔 责任审读: 余满松

出版发行: 人民军医出版社 经销: 新华书店

通信地址: 北京市100036信箱188分箱 邮编: 100036

质量反馈电话: (010) 51927290; (010) 51927283

邮购电话: (010) 51927252

策划编辑电话: (010) 51927288

网址: www.pmmp.com.cn

印、装: 北京华正印刷有限公司

开本: 850mm×1168mm 1/32

印张: 6.25 字数: 135千字

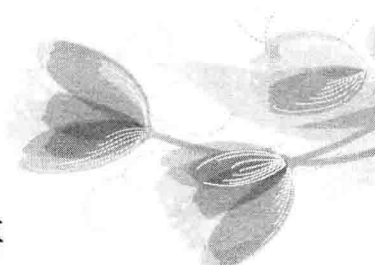
版、印次: 2014年4月第1版第1次印刷

印数: 0001—4500

定价: 21.00元

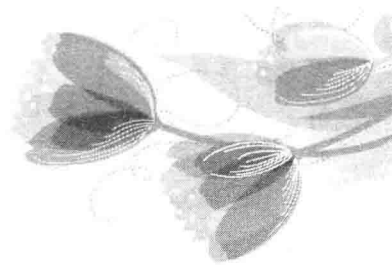
版权所有 侵权必究

购买本社图书, 凡有缺、倒、脱页者, 本社负责调换



内容提要

本书以专家答疑的形式介绍了痔的病因、临床表现和诊断知识，并从起居养生、合理饮食、运动健身、心理调适、护理等方面详细而通俗地阐述了与疾病防治的关系，重点解读了西医和中医学的治疗方法，强调了预防保健的重要性，着重选答患者经常询问医生的问题，为读者提供了可靠、实用的防病治病知识。本书适合被痔困扰的患者及其家属阅读参考。



前 言

疾病是人体在一定的条件下，受病因作用后发生的异常生命活动过程，人体的形态或功能发生了一定的变化，使正常的生命活动受到限制、破坏，或早或迟地表现出可觉察的症状，这种状态的结局可能是康复或长期残存，严重时甚至会导致死亡。

现代医学对人体的各种生物参数都进行了测量，其数值大体上遵从统计学中的常态分布规律，即可以计算出一个均值和95%健康个体的所在范围，习惯上称之为正常范围，超出这个范围便是“不正常”，疾病便属于不正常范围。但需要说明的是，不正常的范围并不一定就是疾病。比如，一个长期缺乏体力活动的脑力工作者，不能适应一般人能够胜任的体力活动，稍有劳累就腰酸背痛，这不一定就是患有疾病，可以看成是亚健康状态。

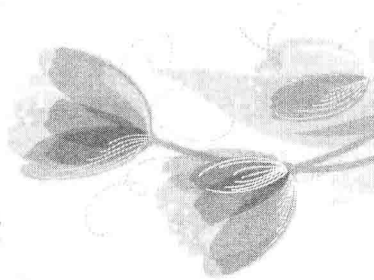
《常见病健康管理答疑丛书》是一套医学专家集体撰稿的大众科普读物，采用一问一答的形式，首先对多种常见病症的病因、临床表现和诊断做了较为详细的介绍，然后从起居养生、合理饮食、运动健身、心理调适、护理等方面尽可能详细而通俗地阐述了与疾病防治的关系，重点解读了现代医学和中医学的治疗方法，最后强调了预防保健的重要性，并着重选答了在临床诊疗中患者经常询问医生的问题，为读

者提供可靠、实用的疾病防治知识。这套丛书不仅有助于患者及家属更全面地了解疾病，还可供医护人员向患者介绍病情，解释采取的诊断方法、治疗方案、护理措施和预后判断。

最后，祝愿每位读者珍爱生命，以健康的身体来实现自己的人生目标！也愿这套丛书能成为广大患者及其家属的良师益友。

编 者

2013年10月



目 录

一、看清痔的真面目	1
1. 什么是痔	1
2. 什么是嵌顿痔	3
3. 什么是内痔	3
4. 什么是外痔	4
5. 痔有何危害	6
6. 痔发病率高的职业有哪些	7
7. 痔是一种与生活习惯密切相关的疾病吗	7
8. 痔的发病有什么特点	8
9. 痔的常见病因有哪些	10
10. 为什么女性比男性更容易患痔	12
11. 孕妇为什么易患痔	14
12. 痔的发生与性生活有关吗	14
13. 有些婴幼儿也患痔是怎么回事	15
14. 老年人患了痔怎么办	16
15. 痔能否传染	16
16. 痔会不会发生癌变	17
17. 内痔有何症状	17
18. 痔患者出现什么信号时需要就医	19
19. 内痔应与哪些疾病相鉴别	19
20. 外痔有何症状	20
21. 外痔核急性期为什么会剧痛	21

22. 便血是痔的主要症状吗	22
23. 不同疾病的便血情况有何不同	23
24. 便血的常见病因是什么	23
25. 痔患者如何接受检查	24
26. 肛门直肠检查的部位是如何划定的	26
27. 做肛门直肠检查时宜采取何种体位	27
28. 如何做肛门视诊	28
29. 如何做肛门触诊	29
30. 如何做直肠指诊	29
31. 痔患者要做哪些实验室检查	30
32. 如何做肛门镜检查	32
33. 如何做乙状结肠镜检查	32
34. 如何做纤维结肠镜检查	34
35. 如何诊断痔	36
36. 肛裂与痔有何区别	37
37. 内痔出血与肠道出血如何区别	38
38. 怎样区别直肠癌、痔与肛裂	38
39. 痔有哪些并发症	40
40. 治疗痔有何误区	41
41. 得了痔可以忍吗	43
42. 为什么肛痔患者不能讳疾忌医	44
43. 治痔不需要因人而异吗	45
44. 治痔必须除根吗	45
45. 痔一定要手术治疗吗	46
46. 痔手术后会造成肛门狭窄或失禁吗	46
47. 肛门部有脱出物一定就是痔吗	47
48. 有便血就一定是痔吗	47

二、起居养生与痔防治

49. 怎样知道自己得了痔	50
---------------------	----



50. 痔如何自检	51
51. 如何判断内痔的严重程度	52
52. 生痔后的应急措施有哪些	52
53. 久看电视易患痔吗	53
54. 肛门出血过多时怎么办	54
55. 肛门感觉剧痛时怎么办	54
56. 缓解疼痛有哪些小窍门	56
57. 脱肛时如何采取措施	56
58. 怎样才能减轻痔的困扰	57
59. 痔手术后要注意什么	58
60. 痔手术后能否排便	59
61. 痔手术后能否有性生活	59
62. 痔术后伤口疼痛可否热敷	60
63. 痔发炎水肿怎么办	61
64. 孕妇得了痔怎么办	61
65. 痔患者夏季如何调养	62
66. 痔患者伴有血液病怎么办	63
67. 为什么不能长时间穿丁字裤	64
68. 痔患者有哪些禁忌	64
69. 如何养成良好的排便习惯	65
70. 为什么要养成排便后坐浴的习惯	67
71. 肛肠疾病患者术后出院应注意什么	68
72. 肛门术后疼痛怎么办	69
73. 肛门术后出血怎么办	69
74. 肛门术后尿潴留怎么办	70

三、合理饮食与痔防治

75. 痔患者有何饮食调养措施	73
76. 饮食结构与痔有无关系	74
77. 痔患者忌食哪些食物	75

78. 哪些食物具有防治痔的作用	76
79. 适合痔患者的茶饮方有哪些	80
80. 适合痔病患者的药粥方有哪些	81
81. 适合痔病患者的主食有哪些	82
82. 适合痔病患者的菜肴有哪些	84
83. 适合痔病患者的汤羹有哪些	86

四、经常运动与痔防治

84. 痔患者为何要适当运动	88
85. 如何单足站立疗痔	89
86. 如何爬行疗痔	89
87. 如何踮足跟疗痔	90
88. 痔患者如何做康复锻炼	90
89. 如何练太极拳防治痔	91
90. 如何练提肛功	92
91. 如何练习夹腿提肛	92
92. 如何通过肛门体操来锻炼肛门	93
93. 还有哪些运动可以有效防治痔	93

五、西医如何治痔

94. 痔的治疗原则是什么	95
95. 如何治疗痔	95
96. 痔患者如何选择治疗地点	96
97. 内痔如何治疗	97
98. 外痔如何治疗	100
99. 混合痔如何治疗	101
100. 痔患者如何采用药物疗法	101
101. 痔的非手术疗法有哪些	103
102. 痔用药物能不能根治	106
103. 痔栓有什么作用	106

104. 孕妇患痔为何宜采取非手术治疗	107
105. 孕妇患痔后如何治疗	108
106. 痔药物注射疗法的原理是什么	108
107. 药物注射治疗痔的适应证有哪些	109
108. 药物注射疗法有无禁忌证	110
109. 药物注射疗法常用哪些药物	110
110. 药物注射疗法如何操作	111
111. 药物注射疗法中要注意哪几个环节	111
112. 药物注射疗法常见哪些并发症	112
113. 药物注射完毕后为什么要按摩注射部位	113
114. 药物注射痔黏膜发生坏死、大出血怎么办	114
115. 痔常用的手术疗法有哪些	115
116. 痔手术前须做哪些检查	115
117. 痔患者术前应除外哪些疾病	116
118. 痔手术前应做哪些准备	117
119. 环形痔是否必须用环切术	118
120. 痔手术是不是特别疼痛	119
121. 痔手术后排尿困难是怎么回事	119
122. 痔患者术后勤换药好吗	120
123. 外痔可否使用硬化剂治疗	121
124. 痔的结扎疗法是怎么回事	122
125. 痔术后还会复发吗	123
126. 便血后如何应急处理	123
127. 肛门瘙痒如何应急处理	124
128. 肛周脓肿需要排脓吗	124
129. 肛瘘如何治疗	125
130. 肛裂如何治疗	127
131. 肛裂加重需要手术治疗吗	127
132. 长期脱肛需要手术治疗吗	128
133. 什么情况下肛肠疾病不必手术治疗	129

- 134. 肛肠疾病手术前要做哪些准备 130
- 135. 肛肠手术后活动方面应注意什么 131
- 136. 为什么有的患者肛门创面难以愈合 131
- 137. 手术后排便应注意什么 132
- 138. 手术后如何进行肛门部位坐浴 132
- 139. 为什么说术后换药特别重要 133
- 140. 如何防治手术后疼痛 134
- 141. 术后为什么会发生肛门坠胀 134
- 142. 术后为什么会出现发热现象 135
- 143. 术后为什么会发生排尿障碍或尿潴留 136
- 144. 精神病患者患了痔如何治疗 137
- 145. 痔引起的肛门湿疹如何处理 137
- 146. 宝宝脱肛怎么办 138
- 147. 痔患者如何进行家庭康复 138
- 148. 自己服用泻药缓解痔可行吗 139

六、中医如何治痔 140

- 149. 中医是如何认识痔的 140
- 150. 中医如何辨证施治痔 141
- 151. 治疗痔如何采用中药外治法 142
- 152. 中医如何治疗小儿脱肛 143
- 153. 如何用藿香正气水治痔 144
- 154. 如何收腹提肛治痔 145
- 155. 如何轻松自我疗痔 145
- 156. 哪些单验方可治痔 145
- 157. 如何指压治疗痔 146
- 158. 自我按摩和气功疗法能否治疗痔 147
- 159. 如何按摩疗痔 148
- 160. 痔患者如何进行腹部保健按摩 148
- 161. 痔患者如何做穴位按摩 149

162. 痔患者如何做足部按摩	150
163. 痔患者如何做药浴治疗	151
164. 痔患者如何做足浴治疗	154
165. 痔患者如何做拔罐治疗	155
166. 痔患者如何做敷贴治疗	157
167. 痔患者如何做熏蒸治疗	159
168. 痔能否用针灸治疗	162
169. 痔患者如何做艾灸治疗	167
170. 痔患者如何行耳压疗法	170
七、如何预防痔	173
171. 预防痔的基本原则	173
172. 防痔有哪些小窍门	176
173. 干燥天气如何预防痔发作	177
174. 怎样预防肛裂	178
175. 怎样预防肛瘘	179
176. 怎样预防直肠脱垂	180
177. 怎样预防肛周脓肿	180
178. 怎样防止痔术后复发	181
179. 久坐如何预防痔	183
180. 出游如何防痔	184
181. 如何甩手预防痔	184
182. 孕产妇如何预防痔	185

一、看清痔的真面目

* 1. 什么是痔

痔是齿状线两侧直肠上、下静脉丛的曲张静脉引起的团块，并因此而产生出血、栓塞或团块脱出。痔是常见病，发病率随年龄增长而增高，常因有症状而影响劳动。痔是人类所特有的疾病，实际上也是人类在进化过程中选择直立体位所付出的代价。因为当人行走、站立或坐着的时候，腹腔内部脏器的重量会压向盆腔，使直肠周围血液回流受到影响，久而久之，就会形成痔。长时间保持直立体位进行体力劳动，更容易引发痔。从比较医学的角度看，四条腿行走的动物就不会受到痔的侵扰。

人体直肠末端黏膜下和肛管皮肤下静脉丛发生扩张和屈曲所形成的柔软静脉团，称为痔，又名痔疮、痔核等。以20—40岁的人为多见，并随着年龄的增长而逐渐加重。痔分为内痔、外痔、混合痔，是肛门直肠底部及肛门黏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，由于盆腔静脉受压迫，

妨碍血液循环常会发生痔，许多肥胖的人也会罹患痔。如果患有痔，肛门内肿大扭曲的静脉壁就会变得很薄，因此排便时极易破裂。内痔是长在肛门管起始处的痔，如果膨胀的静脉位于更下方，几乎是在肛管口上，这种曲张的静脉就叫外痔。外痔有时会脱出或突现于肛管口外。但这种情形只有在排便时才会发生，排便后它又会缩回原来的位置。无论内痔还是外痔，都可能发生血栓。在发生血栓时，痔中的血液凝结成块，从而引起疼痛。

一般说来，痔并不可怕，也不会造成其他严重的危害。内痔早期主要的也是唯一的症状就是无痛性便血，特点是间断性便血，色鲜红，或附于粪便表面，或手纸染血，也可呈点滴状或喷射状出血，若长期便血可引起贫血。内痔进一步发展，排便时会有痔核脱出，轻者便后自行还纳回肛门，重者需用手上推还纳。若内痔脱出没有及时还纳，会出现嵌顿水肿、血栓形成、溃疡或感染，将有剧烈疼痛。外痔一般无任何症状，偶有肛门坠胀不适，但当出现血栓、水肿时则会疼痛。混合痔则具有内痔、外痔的共同特点。此外，肛门异物感、污染内裤、局部瘙痒也是比较常见的症状。

痔是一种容易出血的疾病。痔的狭义概念是直肠下端、肛管和肛门部位的静脉血管丛淤血、屈曲和扩张所形成的血管瘤。这些血管瘤柔软而富有弹性。肛门周围皮肤的发炎、水肿或皮下血栓，甚至结缔组织性皮垂或皮瓣也均列入痔的范畴。

一些肛门直肠疾病，如痔、肛裂、肛门直肠周围脓肿、肛痿、直肠脱垂、肛门瘙痒症、肛门湿疹、肛管直肠癌等，被中医统称为“痔”或“痔痿”，所以，有些地方也将中医肛肠科叫做痔科或痔痿科。

* 2. 什么是嵌顿痔

脱出于肛门外的内痔受到括约肌的夹持，静脉回流受阻，而动脉血仍不断输入，使痔核体积增大，直至动脉血管被压闭，血栓形成，出现痔核变硬、疼痛，难以送回肛门内。传统的看法称“绞窄性内痔”。但临床所见外痔，形成血栓的更多见，故多伴有疼痛，当痔核脱出不能送回时称为嵌顿痔。

嵌顿痔会出现不同程度的感染。患者出现里急后重、肛门坠胀明显等症状，此时感染多局限在肛门局部，如果治疗不当，容易引起感染扩散，引起黏膜下、肛周或坐骨直肠窝脓肿，若脱落的细菌栓子沿静脉上行，加上抗生素使用不当或未使用任何抗菌药物，则会形成门静脉菌血症甚至脓毒血症，亦可形成肝脓肿。治疗嵌顿痔最重要的措施就是要及时还纳脱出的痔核，解除嵌顿。紧急处理可向肛门注射局部麻醉药，使肛门括约肌松弛，用手指将肛门括约肌扩开后，将痔还纳入肛门内。对于嵌顿痔要行手术治疗才能根治。

* 3. 什么是内痔

生于齿状线以上，由黏膜下痔内静脉丛扩大曲张所形成柔软的静脉团，称为内痔。内痔以出血和脱出为主要症状，多为无痛软性肿块，长期反复出血，可引起严重的贫血。内痔是诸痔中发病率最高的常见病，多发于肛门右前、右后和左侧，常称为母痔。在其余部位发生的痔，则称为子痔。根据内痔的病理变化和发展程度的不同，临床上常分为三型和三期。

(1) 三型分类：①血管肿型。由毛细血管增殖和扩张而成，外形如杨梅，表面粗糙或光亮，呈鲜红色，黏膜较薄，触之柔软而

易出血。②静脉瘤型。为静脉丛屈曲，痔核内可有血栓和扩张成球状的静脉瘤，表面黏膜较厚而带光泽，呈紫红色，不易出血。

③纤维肿型。由于反复脱出、擦伤和炎症刺激，使内痔结缔组织增生，表面黏膜纤维化而变硬和富有弹性，呈苍白色，不易出血。

(2) 三期分类：①一期内痔。除排便带血、滴血或射血外，无其他自觉症状。窥镜下可见黏膜呈大小不等的结节状，质软，色红。指检时，按之柔软，黏膜表面很薄，排便时易被擦破而出血，排便常带血或滴血。因痔核体积小，故不脱出肛外。②二期内痔。有间歇性便后滴血，感染时则有肛门胀痛、坠胀和里急后重等症状，痔核较大，排便时脱出肛外，但便后能自行复位。窥镜下可见黏膜变厚，痔核表面呈紫红色，并有少量分泌物。排便时，因粪便刺激或摩擦，容易出血。③三期内痔。痔核体积增大，有结缔组织增生，黏膜变厚，暗红色，表面粗糙。脱出后不能自然复位，需用手推回或平卧后始能复位。若痔核经常脱出，就会引起括约肌松弛，凡是遇到用力、咳嗽、行走和蹲下时，都可能脱出。如脱出后未能及时复位，由于括约肌痉挛、挤压，以致血液回流受阻，痔核充血肿胀，内有血栓形成，甚者坏死，疼痛剧烈，此为嵌顿性内痔。如表面发生溃烂坏死，分泌物增多，除引起剧烈疼痛外，还会出现发热、小便困难，甚至因干硬粪便擦破溃烂痔核表面而引起大出血等症状。患者由于反复出血，还会产生继发性贫血。因此，凡原因不明的贫血患者，应注意检查有无内痔。

* 4. 什么是外痔

外痔位于齿状线以下，是由痔外静脉丛曲张或肛缘皱襞皮肤发炎、水肿、结缔组织增生或血栓淤滞而形成的肿块。外痔