

大病化小，小病化

家庭医生 医学科普
系列丛书

肛肠良性疾病 看名医

广东省医学会、《中国家庭医生》杂志社

组织编写



主 编 任东林
副主编 毛舒婷

权威专家为你量身定制



中山大学出版社
SUN YAT-SEN UNIVERSITY PRESS



家庭医生 医学科普
系列丛书

肛肠良性疾病 看名医

广东省医学会、《中国家庭医生》杂志社

组织编写

主 编 任东林
副主编 毛舒婷



中山大学出版社
SUN YAT-SEN UNIVERSITY PRESS

版权所有 翻印必究

图书在版编目 (CIP) 数据

肛肠良性疾病看名医 / 任东林主编; 毛舒婷副主编. —广州: 中山大学出版社, 2018.6

(家庭医生医学科普系列丛书)

ISBN 978-7-306-06114-0

I. ①肛… II. ①任… ②毛… III. ①肛门疾病—防治 IV. ①R574

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2017) 第 169308 号

GANGCHANG LIANGXING JIBING KAN MINGYI

出版人: 王天琪

责任编辑: 邓子华

封面摄影: 肖艳辉

封面设计: 陈媛

装帧设计: 陈媛

责任校对: 谢贞静

出版发行: 中山大学出版社

电 话: 编辑部 020-84110283, 84111996, 84111997, 84113349

发行部 020-84111998, 84111981, 84111160

地 址: 广州市新港西路 135 号

邮 编: 510275 传真: 020-84036565

网 址: <http://www.zsup.com.cn> E-mail: zdcbs@mail.sysu.edu.cn

印 刷 者: 佛山市浩文彩色印刷有限公司

规 格: 889mm × 1194mm 1/24 7.5 印张 150 千字

版次印次: 2018 年 6 月第 1 版 2018 年 6 月第 1 次印刷

定 价: 28.00 元

如发现本书因印装质量影响阅读, 请与出版社发行部联系调换

家庭医生医学科普系列丛书编委会

主任：

姚志彬

编委（按姓氏笔画排序）：

马 骏	王省良	王深明	邓伟民	田军章	兰 平	朱 宏
朱家勇	伍 卫	庄 建	刘 坚	刘世明	苏焕群	李文源
李国营	吴书林	何建行	余艳红	邹 旭	汪建平	沈慧勇
宋儒亮	张国君	陈 德	陈规划	陈旻湖	陈荣昌	陈敏生
罗乐宣	金大地	郑衍平	赵 斌	侯金林	夏慧敏	黄 力
曹 杰	梁长虹	曾其毅	曾益新	谢灿茂	管向东	

序

姚志彬

广东省政协副主席

广东省医学会会长

序

1

健康是人生的最根本大事。

没有健康就没有小康,健康中国,已经成为国家战略。

2015年,李克强总理的政府工作报告和党的十八届五中全会都对健康中国建设进行了部署和强调。

随着近年工业化、城镇化和人口老龄化进程加快,健康成为人们最关注的问题之一,而慢性病成为人民健康的头号“公敌”,越来越多的人受其困扰。

国家卫生和计划生育委员会披露:目前中国已确诊的慢性病患者近3亿人。这就意味着,在拥有超过13亿人口的中国,几乎家家有慢性病患者。如此庞大的群体,如此难题,是医疗机构不能承受之重。

慢性病,一般起病隐匿,积累成疾,一旦罹患,病情迁延不愈。应对慢性病,除求医问药外,更需要患者从日常膳食、运动方式入手,坚持规范治疗、自我监测、身心调适。这在客观上需要患者及其家属、需要全社会更多地了解慢性病,掌握相关知识,树立科学态度,配合医生治疗,自救与他救相结合。

然而,真实的情况并不乐观。2013年中国居民健康素养调查结果显示,我国居民的健康素养总体水平远低

于发达国家,尤其缺乏慢性病的防治知识。因此,加强慢性病防治知识的普及工作,刻不容缓。

与此同时,随着互联网、微信、微博等传播方式的增加,健康舆论市场沸沸扬扬、泥沙俱下,充斥着大量似是而非的医学信息,伪科普、伪养生大行其道。人们亟待科学的声音,拨乱反正,澄讹传之误,解健康之惑,祛疾患之忧。

因此,家庭医生医学科普系列丛书应时而出。

本系列丛书由广东省医学会与《中国家庭医生》杂志社组织编写。内容涵盖人们普遍关注的诸多慢性病病种,一病一册,图文并茂,通俗易懂,有的放矢,未病先防,已病防变,愈后防复发。

本系列丛书,每一册的主编皆为岭南名医,都是在其各自领域临床一线专研精深、经验丰富的知名教授。他们中,有中华医学会专科分会主任委员,有国家重点学科学术带头人,有中央保健专家。名医讲病,倾其多年经验,诊治心要尤为难得,读其书如同延请名医得其指点。名医一号难求,本系列丛书的编写,补此缺憾,以惠及更多病患。

广东省医学会汇集了一大批知名专家教授。《中国家庭医生》杂志社在医学科普领域成就斐然,月发行量连续30年过百万册,在全国健康类媒体中首屈一指,获得包括国家期刊奖、新中国60年有影响力的期刊奖、中国出版政府奖等众多国家级大奖。

名医名刊联手,致力于大众健康事业,幸甚!

前言

任东林

主任医师,医学博士,外科学教授,博士研究生导师
中山大学附属第六医院运营总监,肛肠外科、中西医
结合肛肠外科、盆底疾病诊治中心主任
中国中西医结合学会大肠肛门病专业委员会主任委员
世界中医联合会肛肠专业委员会副主任委员

前言

3

肛肠良性疾病不止“痔疮”,还包括肛裂、肛瘘、直肠阴道瘘、便秘、盆底脱垂性疾病、各种会阴部组织缺损及肛门畸形、肛门失禁、肛门直肠狭窄、炎症性肠病的肛周病变、骶尾部藏毛性疾病、化脓性汗腺炎、Fournier 坏疽、肛门皮肤病、肛门瘙痒症、盆底肛门疼痛及小儿肛肠外科疾病等。

既往一项对 57927 人的调查研究发现,肛肠良性疾病的发病率高达 59%。但由于一些错误观念的影响,如认为肛肠良性疾病是小病,对人的健康影响不大;罹患此类疾病感到羞于启齿,患者不好意思去看病等,延误了诊断和治疗,错过了最佳的治疗时机,患者的生活和工作受到极大的影响。

笔者在从医生涯里,在努力做好临床科研教学工作的同时,一直有一个愿望:让更多的人认识并关注肛肠良性疾病,最大可能地减少因延误诊断或重视程度不够而

导致病情反复或加重,从而更好地帮助患者。借这次家庭医生医学科普系列丛书出版的机会,在《中国家庭医生》杂志社工作人员的大力支持和努力下,笔者这个小小的愿望得以实现,在此一并表达对他们深切的感谢。

在本书的编写过程中我们尽量做到科学、客观,结合专业知识,参考相关诊疗指南,用通俗易懂的语言来阐述生涩的专业知识,也借助一些图表让读者可以轻松阅读并理解肛肠良性疾病。

写专业化的“科普”是一件困难的事情,希望我们的努力能得到大家的认同和肯定。按我们的理解,医者的职责不仅是看病,更重要的是让更多的人不生病或生小病。如果本书能够在肛肠良性疾病的防治方面起到一些作用,就满足了我们的初衷。当然,在阅读本书获得相应专业知识的同时,也希望更多的人能够感受到我们的一份爱心和祝福!

2018年5月

名医访谈

精诚大医柔情客

采访:《中国家庭医生》杂志社

受访:任东林(主任医师,医学博士,外科学教授,博士研究生导师。中山大学附属第六医院运营总监,肛肠外科、中西医结合肛肠外科、盆底疾病诊治中心主任。中国中西医结合学会大肠肛门病专业委员会主任委员。世界中医联合会肛肠专业委员会副主任委员)

见到任教授本人,会恍然觉得:这就是“儒雅”的最佳诠释。纵然是紧张繁忙的交班查房、门诊、手术、教学、会议……他依然神采飞扬,在每一个举手投足间流露出温文尔雅的气质。

借这次访谈的机会,我们有幸亲临任教授病房查房现场,在这个看似平凡的日常,我们看到的是一个老师对学生的专业要求和态度培养,是一个医生对患者的认真负责和体贴关怀。

精益求精,还要“比技术更多”

对于专业上的要求,任教授自言是“接近于刻薄”的。查房时,他要求年轻的管床医生细致地交代患者的情况,就疑点难点现场提问,气氛不亚于一次专业技能实操考试。

“把每一张病床看作是一方能耕耘出钻石的土地那样用心去专研,才能提升自己、做出成绩。”任教授这样跟年轻的管床医生说。

技术上的精专,还不足以成就一名好医生。

任教授主编的书籍众多,其中有一本专门记载各种肛肠病典型病例手术过程,以作总结和供相关专业人士参考学习之用的图书——《比技术更多》。

比技术更多的,是什么呢?

“作为医生,所应该具备的不单纯是专业技术水平,还包括服务态度、个人修养等各方面,除了解除患者生理上的疼痛,还要给予患者更多的人文关怀。冷冰冰的医疗技术需要依附人文关怀,才能发挥更多的光和热。”

在查房现场,一位患者住院3周,病情没有得到预期的治疗效果,任教授看在眼里记在心里,一方面宽慰患者,一方面要求管床医生密切关注并开始讨论如何调整治疗方案。

“技术是必需的,但只有技术是不够的。关注患者的感受,体谅患者的困难。”这是任教授对年轻医生们医学技术之外的更高要求,而对于他自己,也是这样自律和实践的。

成绩斐然,返璞归真的医生

任教授活成了很多人向往的模样,从他的“江湖称号”可见一斑:院长、教授、主任委员、总舵主、男神、诗人……

他的办公室里陈列着大大小小的奖杯、奖状、证书,让人目不暇接。

当被问及“这么多‘江湖称号’最喜欢哪一个”的时候,任教授笑了,说:“我最喜欢的是‘医生’。”

办公室外面的公共区域,如走廊、护士站,其墙面上所展示的,不是荣誉、锦旗,而是他们的日常,如某次活动的照片,某些日期的值班安排,以及患者手写的感谢信。细看感谢信的内容——感谢某医生的认真负责、某护士的贴心关怀。从那走过,都能感受到从墙面溢出来的美好。

自测题

1. 便时带血或滴血,无痔核突出;常有便血,便时痔核突出,可自行还纳;可有便血,腹压增加时痔核突出,需用手还纳;可有便血,痔核持续突出或还纳后易脱出。以上描述分别是内痔的哪个分级的特点? ()

- A. I度;II度;III度;IV度
- B. II度;III度;I度;IV度
- C. I度;II度;IV度;III度
- D. II度;I度;III度;IV度

2. 直肠指检能帮助诊断哪些疾病? ()

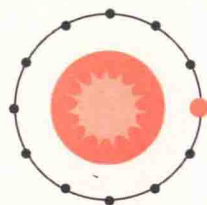
- A. 肛肠科疾病 B. 泌尿外科 C. 妇科 D. 骨科 E. 以上皆是

3. 治疗痔病的原则,以下哪个是错误的? ()

- A. 无症状的痔可不做治疗
- B. 有症状的痔重在解除症状
- C. 见痔就治,除之而后快
- D. 保守治疗无效,再考虑手术

4. 以下肛钟表示的位置是()。

- A. 截石位-3点
- B. 截石位-9点
- C. 膝胸位-3点
- D. 膝胸位-9点



截石位



目录 CONTENTS

名医访谈 精诚大医柔情客 / 1

自测题 / 4

基础篇 慧眼识病

PART 1 初识肛肠良性疾病 / 2

肛门：人体“排污口” / 2

痔病：突出肛门之物？ / 4

便血未必是痔病 / 8

痔病的女性特色 / 10

肛裂：排便是场大考验 / 12

“落地生根”的肛门直肠周围脓肿 / 14

婴幼儿肛周脓肿：不少见，易治愈 / 17

肛痿是只“偷粪老鼠” / 19

与性别相关的特殊痿病 / 21

肛周瘙痒症：难言的困扰 / 23

大便失禁：“不知道”还是“难作为” / 25

“吉普车病”，胖人易烦恼 / 27



目录 CONTENTS

PART 2 图解肛门直肠检查 / 29

常用体位 / 29

肛门视诊 / 31

肛肠触诊 / 32

肛瘘的Goodsall规律 / 33

经典答疑 / 34

肛瘘会引起癌变吗? / 34

为什么痔病有的痛, 有的不痛? / 35

肛乳头肥大, 怀孕前要处理吗? / 36

治疗篇 各个击破

PART 1 详解诊断手段 / 40

肛肠科的三大基本检查 / 40

“肛检”难为情, 筛查作用大 / 43

MRI，肛瘘检查的金标准 / 45

大便失禁的特殊诊断技术 / 47

PART 2 痔病 / 52

患痔病，当心挨冤枉刀 / 52

治痔药物，口服外用各不同 / 55

内痔，怎样“随治随走” / 57

磨刀霍霍向痔病 / 60

痔病疗效，一分钱未必一分货 / 65

手术，不能一劳永逸 / 68

PART 3 肛裂 / 70

内服外用，居家治疗轻度肛裂 / 70

医院治疗，先“保守”，再手术 / 73

PART 4 肛门直肠周围脓肿和肛瘘 / 79

消脓肿，“非手术”难奏效 / 79



目录 CONTENTS

根治脓肿，找准源头很关键 / 81

“偷粪老鼠”，“御猫”来捕 / 86

克罗恩病肛瘘，首选保守治疗 / 92

肛瘘难治，何妨“带瘘生活” / 96

PART 5 与妇科相关的疾病 / 99

“裸产”，增加会阴撕裂的风险 / 99

直肠阴道瘘，复发率高 / 102

PART 6 大便失禁 / 104

先用药，再手术 / 104

PART 7 其他肛肠良性疾病 / 108

直肠肛管畸形，并非被诅咒 / 108

骶前肿物，非常罕见 / 111

孤立性直肠溃疡，把肠子提起来 / 114

性传播疾病，治疗要正规 / 116

肛门瘙痒，挠为下策 / 119

经典答疑 / 121

治疗痔病，TST更先进吗？ / 121

溃疡性结肠炎不能根治吗？ / 122

肛周长了粉瘤，怎么办？ / 123

生活行为篇 防患于未然

PART 1 饮食调理 / 126

大便“带血”要打假 / 126

老年便秘，不同情况不同饮食 / 128

PART 2 运动健身 / 131

强身健体八段锦 / 131

凯格尔运动，不只孕妇需要做 / 136



目录 CONTENTS

PART 3 保健预防 / 139

排便，也要讲科学 / 139

治痔药物大比拼 / 143

大便失禁，卫生棉条能帮忙 / 145

经典答疑 / 146

结肠炎患者要少吃蔬菜吗？ / 146

聪明就医篇 有效的看病流程

PART 1 就医之前这样准备 / 148

PART 2 挂号方式多样选 / 151

