

BIANMI  
MINGYI JIEDA

# 便秘

## 名医解答

本书以问答的形式，向读者介绍了便秘的种类、病因、常见症状、检查方法、治疗与预防、康复与保健等方面的知识。内容通俗易懂，深入浅出、科学实用，将知识性、趣味性、科学性和可读性较好地结合起来。适合广大群众，尤其是便秘患者及其家属阅读，也可作为基层医生、社区医生健康宣教的科普读物。

主 编 ● 李春雨

著名肛肠病专家为您答疑解惑



人民军医出版社  
PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

常见病名医解答书系



# 便秘

BIANMI MINGYI JIEDA

# 名医解答

主 编 李春雨



人民军医出版社

PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

北 京

---

**图书在版编目 (CIP) 数据**

便秘名医解答 / 李春雨主编. — 北京: 人民军医出版社, 2012.8

ISBN 978-7-5091-5846-3

I. ①便… II. ①李… III. ①便秘—防治—问题解答 IV. ①R574.62-44

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2012) 第 159005 号

---

策划编辑: 崔晓荣 文字编辑: 刘婉婷 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](http://www.pmmp.com.cn)

---

印、装: 北京国马印刷厂

开本: 710mm×1010mm 1/16

印张: 12 字数: 165 千字

版、印次: 2012 年 8 月第 1 版第 1 次印刷

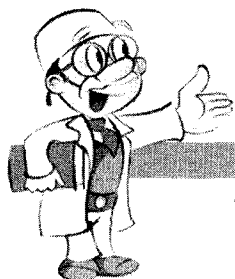
印数: 0001—4500

定价: 25.00 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

SUMMARY

便秘名医解答

本书以问答的形式，向读者介绍了便秘的种类、病因、常见症状、检查方法、治疗与预防、康复与保健等方面的知识。内容通俗易懂，深入浅出，科学实用，将知识性、趣味性、科学性和可读性较好地结合起来。本书适合广大群众，尤其是便秘患者及其家属阅读，也可作为基层医师、社区医师健康宣教的科普读物。

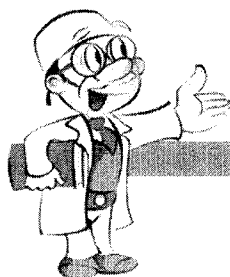
## 编委会

主 编 李春雨 张 焱

副主编 崔焱辉 任东林 杨向东 聂 敏

编 者 (以姓氏笔画为序)

王 君	辽宁省东港市中心医院	副主任医师
白晓刚	大连大学附属新华医院	教授
田 波	潍坊肛肠外科医院	主任医师
任东林	中山大学附属第六医院	教授
李春雨	中国医科大学附属第四医院	教授
张 焱	辽宁中医药大学附属第三医院	教授
杨向东	成都肛肠专科医院	教授
苏 丹	中山大学附属第六医院	主治医师
武雅坤	中国医科大学附属一院鞍山医院	主任医师
袁 鹏	中国医科大学附属第四医院	讲师
袁 鹿	中国医科大学附属第四医院	讲师
聂 敏	辽宁中医药大学附属第三医院	主管护师
崔焱辉	浙江中医药大学附属同德医院	教授
黄忠诚	湖南省人民医院	主任医师
谢尚奎	中山大学附属第六医院	副教授



# 前 言

PREFACE

便秘名医解答

便秘是一种十分常见的病症。几乎每个人都曾患过便秘。随着生活水平的提高和饮食结构的改变，由于工作紧张，生活节奏加快，心理压力加大，便秘的发病率呈逐年上升的趋势，特别是在“白领阶层”中，发病率更是高得惊人。据统计，欧美便秘发病率高于亚洲，发达国家高于发展中国家，城市高于农村。我国人群便秘发病率为2%~28%，60岁以上老年人慢性便秘高达15%~20%。便秘已经给人们的身体造成了很大的伤害，严重影响着人们的日常生活和工作。但有些人却掉以轻心，认为便秘是小事，大不了用点泻药。殊不知越用泻药便秘越严重，以致酿成大祸。便秘不仅增加心脑血管疾病的危险因素，还会诱发大肠癌。长期便秘会给人带来巨大的精神折磨，有些患者发展成抑郁症甚至选择自杀。故不可视便秘为小病，应该引起足够的重视，积极进行防治。有鉴于此，为了帮助广大便秘患者解除痛苦，我们特邀国内肛肠专家，参阅国内外相关资料，结合各自的临床经验，就病友们比较关切的问题加以归纳整理，编写成册。

本书以问答的形式，向读者介绍了便秘的种类、病因、常见症状、检查方法、治疗与预防、康复与保健等方面的知识。内容力求通俗易懂，深入浅出，科学实用，将知识性、趣味性、科学性和可读性较好地结合起来。

本书适合广大群众，尤其是便秘患者及其家属阅读，也可作为基层医师、社区医师健康宣教的读本，可以满足不同文化层次、不同职业、不同年龄读者的需求。倘若有所裨益，则不胜庆幸。

本书的编写出版承蒙中国医科大学附属第四医院院长、博士生导师王平教授的大力支持，辽宁中医药大学肛肠医院原院长张有生教授审阅，以及人民军医出版社的鼎力相助，一并致以衷心地感谢。由于我们水平有限，书中不足之处敬请各位前辈、同道和读者不吝指正。

中国医科大学附属第四医院

李春雨

2012年2月

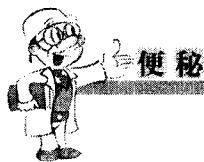


# 目 录

## CONTENTS

一、便秘的基础知识 .....	1
1 正常人的排便次数是多少? .....	1
2 小孩排便次数是多少? .....	1
3 每次排便多长时间为正常呢? .....	2
4 经常隔一天才解大便, 是否患上便秘? .....	2
5 正常粪便是什么样的? .....	2
6 粪便干燥、排便困难到医院应去哪个科? .....	2
7 哪些不舒服应该去肛肠科就诊? .....	3
8 婴幼儿便秘应看什么科? .....	3
9 粪便是怎样形成的? .....	4
10 粪便是如何排出体外的? .....	5
11 影响排便的因素有哪些? .....	5
12 正常排便需要哪些条件? .....	5
13 正常的排便习惯有哪些特点? .....	5
14 什么叫便秘? .....	6
15 便秘发病率如何? .....	6





## 便秘

### 名医解答

- 16 好多人经常排便困难，那么排便困难是一种病吗？ ..... 7
- 17 听说便秘还分好多种，是这样吗？ ..... 7
- 18 功能性便秘分哪几种？ ..... 7
- 19 中医学对便秘是如何进行分类的？ ..... 7
- 20 哪些人易患便秘？ ..... 7
- 21 什么叫功能性便秘？ ..... 8
- 22 什么叫器质性便秘？ ..... 8
- 23 什么叫结肠慢传输型便秘？ ..... 8
- 24 什么叫出口梗阻型便秘？ ..... 9
- 25 什么叫混合型便秘？ ..... 9
- 26 什么叫习惯性便秘？ ..... 9
- 27 什么是顽固性便秘？ ..... 9
- 28 什么叫便秘的“自家中毒”？ ..... 9
- 29 什么叫粪便嵌塞？ ..... 10
- 30 什么叫“热结旁流”？ ..... 10
- 31 长期便秘若不及时治疗对人有哪些危害？ ..... 11
- 32 老年人便秘可产生哪些不良后果？ ..... 12
- 33 儿童便秘有哪些危害？ ..... 12
- 34 便秘对冠心病患者有什么危害？ ..... 12
- 35 便秘对高血压病人的最大危害是什么？ ..... 13
- 36 我母亲年过花甲，患有便秘多年，能引起卒中吗？ ..... 13
- 37 老年人便秘会导致老年痴呆吗？ ..... 14
- 38 便秘能癌变吗？ ..... 14
- 39 便秘为什么易发生大肠癌？ ..... 14



40	长期便秘为什么易发生乳腺癌? .....	15
41	便秘可提示前列腺癌、宫颈癌吗? .....	15
42	便秘为什么会影响性生活? .....	15
43	女性便秘为什么会导致不孕? .....	16
44	孕妇便秘治疗不当会导致流产吗? .....	16
45	长期便秘会引起输卵管炎吗? .....	17
46	严重便秘会导致抑郁症吗? .....	17
47	便秘会致命吗? .....	17
48	便秘是遗传病吗? .....	17
49	引起便秘的内科疾病有哪些? .....	18
50	引起便秘的外科疾病有哪些? .....	19
51	引起便秘的妇科疾病有哪些? .....	19
52	引起便秘的儿科疾病有哪些? .....	19
53	放屁是怎么回事? 正常人每天大概放屁多少次? .....	19
54	小儿常吃膨化食品会引起便秘吗? .....	19
55	油炸食品会导致便秘吗? .....	20
56	便秘病人为什么不能滥用泻药? .....	20
57	治疗便秘可以做微创手术吗? .....	21
58	便秘可以通过网上诊治吗? .....	21
59	诊治便秘有哪些专业的权威网站? .....	22
60	便秘在什么情况下需要到医院诊治? .....	22

## 二、便秘的病因知识 .....

1	引起急慢性便秘的常见病因有哪些? .....	24
---	------------------------	----





## 便秘

### 名医解答

- 2 中医学对便秘的病因是如何认识的?..... 25
- 3 老年人为什么容易发生便秘? ..... 25
- 4 女性为什么容易发生便秘? ..... 27
- 5 妊娠期女性为什么易发生便秘? ..... 28
- 6 产后为什么容易发生便秘? ..... 29
- 7 儿童为什么容易发生便秘? ..... 30
- 8 婴幼儿便秘的原因有哪些? ..... 32
- 9 新生儿便秘的原因有哪些? ..... 32
- 10 哪些不良习惯可以引起便秘? ..... 32
- 11 哪些社会与心理因素可以引起便秘? ..... 32
- 12 工作压力大为什么能引起便秘? ..... 33
- 13 吃精细食物为什么能引起便秘? ..... 33
- 14 进食过少为什么能引起便秘? ..... 34
- 15 吃肉时喝茶为什么会便秘? ..... 34
- 16 “白领”为什么更容易发生便秘? ..... 34
- 17 驾驶员为什么容易便秘? ..... 35
- 18 肥胖的人为什么容易便秘?..... 35
- 19 外出旅游为什么容易便秘? 该如何预防? ..... 36
- 20 冬季和春季容易发生便秘吗? ..... 37
- 21 为什么说便秘是卒中的导火索? ..... 37
- 22 为什么便秘病人容易得痔?..... 37
- 23 为什么便秘病人容易发生肛裂?..... 38
- 24 便秘为什么容易脱肛?..... 38
- 25 老年人便秘会诱发心血管疾病吗?..... 39





26	大肠癌为什么会引起便秘? .....	39
27	先天性巨结肠症为什么能引起顽固性便秘? .....	39
28	糖尿病患者为什么更易便秘? .....	40
29	心肌梗死病人为什么也常发生便秘? .....	40
30	卒中病人为什么易发生便秘? .....	40
31	更年期综合征患者为什么常发生便秘? .....	40
32	便秘病人为什么出现结肠黑变病? .....	41
33	“自家中毒”的原因是什么? .....	42
34	习惯性便秘为什么会腹胀? .....	42
35	大便初硬后溏是怎么回事? .....	42
36	粪便为什么会变黑? .....	42
37	为什么便秘与腹泻交替出现? .....	43
38	自主神经功能紊乱为什么能引起便秘? .....	43
39	哪些药物可导致便秘? .....	43
40	拖延排便时间会引起便秘吗? .....	44
41	上厕所时读书看报容易引起便秘吗? .....	45
42	铅中毒会引起便秘吗? .....	45
43	长期久坐会引起便秘吗? .....	46
44	粪便嵌塞是什么原因引起的? .....	46
45	为什么便秘会引起女性月经失调? .....	46
46	经常吃零食为什么容易便秘? .....	47
47	饭后吃水果为什么易便秘? .....	47
48	吃火锅时喝茶为什么易引起便秘? .....	48
49	经常服用泻药会引起顽固性便秘吗? .....	48



三、便秘的检查知识 ..... 49

- 1 便秘病人常需做哪些检查? ..... 49
- 2 便秘病人的常规检查有哪些? ..... 49
- 3 便秘病人的专科特殊检查有哪些? ..... 49
- 4 什么样的便秘患者需要进行直肠指检? ..... 50
- 5 便秘病人为什么要做直肠指诊? ..... 50
- 6 便秘病人做粪便检查有必要吗? ..... 51
- 7 便秘病人为什么做肠镜检查? ..... 51
- 8 便秘病人为什么做肛门镜检查? ..... 51
- 9 什么是结肠传输试验? ..... 52
- 10 为什么做结肠传输试验检查? ..... 52
- 11 结肠传输试验怎样做? ..... 52
- 12 结肠传输试验在便秘诊查中有何意义? ..... 52
- 13 什么是排粪造影? ..... 52
- 14 排粪造影怎么做? ..... 53
- 15 什么情况下需要做排粪造影检查? ..... 53
- 16 做排粪造影检查有痛苦吗? ..... 53
- 17 排粪造影检查在便秘诊查中有何意义? ..... 54
- 18 什么是直肠球囊逼出试验? ..... 54
- 19 直肠球囊逼出试验有何意义? ..... 55
- 20 肛门直肠测压有何意义? ..... 55
- 21 肛门直肠测压监测指标有哪些? ..... 55
- 22 肛门直肠测压在便秘诊查中有何意义? ..... 55
- 23 盆底肌电图能干什么? ..... 55



- 24 盆底肌电图检查有何意义? ..... 56
- 25 纤维结肠镜和气钡双重对比造影在便秘诊断中有什么不同? ..... 56

#### 四、便秘的诊断知识 ..... 57

- 1 便秘有哪些临床表现? ..... 57
- 2 儿童便秘有哪些常见症状? ..... 58
- 3 儿童便秘有哪些临床表现? ..... 58
- 4 慢性便秘的常见表现是什么? ..... 59
- 5 便秘的诊断步骤如何? ..... 59
- 6 功能性便秘的罗马Ⅲ标准诊断指标是什么? ..... 60
- 7 问诊在便秘诊查中有何意义? ..... 60
- 8 体格检查在便秘诊查中有何意义? ..... 60
- 9 慢传输型便秘是怎么回事? ..... 61
- 10 结肠慢传输型便秘有哪些临床表现? ..... 61
- 11 慢传输型便秘如何诊断? ..... 61
- 12 慢传输型便秘有何特点? ..... 62
- 13 出口梗阻型便秘是怎么回事? ..... 62
- 14 出口梗阻型便秘有哪些症状? ..... 62
- 15 出口梗阻型便秘有何特点? ..... 63
- 16 混合型便秘有何特点? ..... 63
- 17 什么是直肠前突? ..... 63
- 18 得了直肠前突有什么症状? ..... 64
- 19 直肠前突是如何分度的? ..... 64
- 20 直肠前突如何诊断? ..... 64



- 21 什么是直肠内套叠? ..... 64
- 22 直肠内套叠有哪些症状? ..... 65
- 23 直肠内套叠如何诊断? ..... 65
- 24 什么是耻骨直肠肌综合征? ..... 65
- 25 耻骨直肠肌综合征有哪些症状? ..... 65
- 26 耻骨直肠肌综合征如何诊断? ..... 66
- 27 什么是盆底肌痉挛综合征? ..... 67
- 28 盆底肌痉挛综合征如何诊断? ..... 67
- 29 什么是盆底失弛缓综合征? ..... 67
- 30 盆底失弛缓综合征有哪些症状? ..... 67
- 31 盆底失弛缓综合征如何诊断? ..... 68
- 32 什么是内括约肌失弛缓症? ..... 68
- 33 内括约肌失弛缓症如何诊断? ..... 69
- 34 什么是会阴下降综合征? ..... 69
- 35 会阴下降综合征有什么症状? ..... 69
- 36 会阴下降综合征如何诊断? ..... 69
- 37 什么是孤立性直肠溃疡综合征? ..... 70
- 38 孤立性直肠溃疡综合征有什么症状? ..... 70
- 39 孤立性直肠溃疡综合征如何诊断? ..... 70
- 40 什么是盆底疝? ..... 70
- 41 什么是肠易激综合征? ..... 71
- 42 肠易激综合征如何诊断? ..... 71
- 43 什么是先天性巨结肠症? ..... 72
- 44 先天性巨结肠症有哪些表现? ..... 72



45	先天性巨结肠症如何诊断? .....	72
46	什么情况下应警惕婴儿便秘? .....	72
47	如何划分慢性便秘的严重程度? .....	73
48	便秘如何问诊? .....	73
49	习惯性便秘有何特点? .....	74
50	泻药性肠病引起的便秘有何特点? .....	74
51	大肠癌引起的便秘有何特点? .....	74
52	直肠癌引起的便秘有何特点? .....	74
53	结肠癌引起的便秘有何特点? .....	75
54	先天性巨结肠症引起的便秘有何特点? .....	75
55	先天性肛门直肠狭窄引起的便秘有何特点? .....	76
56	什么叫排便障碍综合征? .....	76
57	便秘带鲜血常见于哪些疾病? .....	76
58	便秘需要与哪些疾病相鉴别? .....	77
59	什么是热秘? .....	77
60	什么是冷秘? .....	77
61	什么是气秘? .....	78
62	什么是虚秘? .....	78
63	什么是燥秘? .....	79
64	不同疾病引起的便秘有何区别? .....	79
65	新生儿大便不通或便秘常见于哪些疾病? .....	79
66	为什么有时便秘、有时腹泻, 或便秘和腹泻交替出现? .....	80
67	便秘与痔之间有什么关系? .....	80
68	便秘与肛裂之间有什么关系? .....	81





69 便秘与脱肛之间有什么关系? ..... 81

70 便秘与大肠息肉之间有什么关系? ..... 81

71 便秘与大肠癌有什么关系? ..... 82

72 便秘与直肠内套叠之间有什么关系? ..... 82

73 便秘与结肠憩室之间有什么关系? ..... 82

74 便秘与结肠黑变病之间有什么关系? ..... 83

75 便秘与心肌梗死有什么关系? ..... 83

76 便秘与脑卒中有什么关系? ..... 83

77 便秘与糖尿病有什么关系? ..... 84

78 便秘与性功能有什么关系? ..... 84

79 大便干燥就是便秘吗? ..... 85

80 小孩刚出生,有几天不大便,是不是便秘? ..... 85

五、便秘的治疗知识 ..... 86

1 便秘的治疗原则是什么? ..... 86

2 便秘的治疗目的是什么? ..... 87

3 如何正确认识便秘的治疗? ..... 87

4 便秘的非手术疗法有哪些? ..... 87

5 中医治疗便秘有哪些优势和长处? ..... 89

6 治疗便秘的常用泻药有哪些? ..... 90

7 自己到药店买泻药应该怎样选择? ..... 90

8 泻药的最佳服药时间是什么时候? ..... 91

9 慢性便秘怎样进行治疗? ..... 91

10 便秘病人具体应该怎样使用这些原则? ..... 92