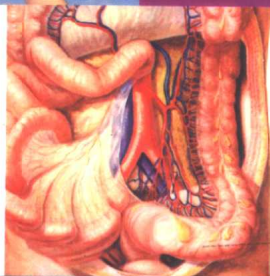


百病百问沙龙丛书

总主编 张文康

便秘防治285问

主 编 谢雁鸣



内科 50· 1-23

外科 50· 24-28

男科 50· 29-31

妇科 50· 32-35

中国中医药出版社

52

百病百问沙龙丛书

便秘防治 285 问

主 编 谢雁鸣
副主编 胡天真 刘玉霞
编 委 刘玉霞 谢雁鸣 张 蓉
何良志 李艾君 胡天真
顾绍瑜

中国中医药出版社

· 北 京 ·

图书在版编目 (CIP) 数据

便秘防治 285 问/谢雁鸣主编. —北京: 中国中医药出版社, 1998. 9

(百病百问沙龙丛书)

ISBN 7-80089-522-X

I. 便… II. 谢… III. 便秘-防治-问答 IV. R574.62-44

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (98) 第 07473 号

中国中医药出版社出版

发行者: 中国中医药出版社

(北京市朝阳区东兴路 7 号)

邮码: 100027 电话: 64151553)

印刷者: 煤炭工业出版社印刷厂

经销者: 新华书店总店北京发行所

开本: 850×1168 毫米 32 开

版次: 1998 年 9 月第 1 版

印次: 1998 年 9 月第 1 次印刷

书号: ISBN 7-80089-522-X/R·522

定价: 18.00 元

前 言

每个中国人都熟知这样一句话——身体是革命的本钱。不知从什么时候起，这句话竟被人们遗忘了。在生活节奏日趋加快的今天，我们应赋予这句话以新的内容。或许，拥有健康的人对此并不在意。然而，那些曾经或正在被病痛折磨的人却一定有刻骨铭心的感受。由于对自己健康的忽视，他们已经在面对残酷的现实：由于健康正在离他们远去，所有的一切，事业、地位、财富、幸福……都将变得不复存在，只剩下了无奈、遗憾、懊悔……

拥有健康的人们，请关注一下你们自己吧！

信息时代使我们这个社会变得更加丰富多彩，我们每天都在面临着多种机遇的诱惑，迎接着变幻无穷的挑战。为此，我们需要不断地汲取知识的营养，以丰富我们的智慧，提高我们的才干，进而开拓我们的事业，这是每个人的期望。但是，请不要忘记，这一切一切的前提，是您必须拥有一个健康的身体。失去了健康的根基，理想的大厦必将轰然倒下。从这个角度来说，任何知识都比不上关于您自己身体的知识更加重要，因为只有您了解自己的身体，掌握了足够的健康知识，您才能懂得怎样去呵护他，怎样使他保持最佳的状态，以给您美好的生活提供强有力的保证。朋友啊，朋友！您了解自己的身体吗？您对自

身疾病的防治知识又掌握了多少呢？

《百病百问沙龙丛书》正是基于上述认识而编撰的一套大型普及型读物，他为广大人民群众提供了了解健康的生活常识和指导疾病防治的大量医药学知识。本丛书共 50 种，就生活中常见的近百种疾病的防治知识，从西医、中医、中西医结合等不同角度进行讲解。丛书作者均为长期工作在临床第一线的医学专家，并有数十位全国一流专家进行指导，保证了本书的准确性、权威性。写作上采用问答的形式，深入浅出，通俗易懂，简明扼要。当您身体出现某种不适时，本丛书所提供的医学知识能够提醒您引起足够的重视，防患于未然；当您或家人不幸身染疾病时，本丛书能指导您如何及时取得医生的帮助以及如何护理，以利康复。

早在 2000 多年前，我们的医学先贤就提出了“上工不治已病治未病”（高明的医生更重视预防疾病）的训诫，直到今天，我国仍把预防为主作为卫生工作的基本方针之一。这在本套丛书中也得到了充分体现，这也是书名中“防治”之含义所在。在实际生活当中，我们应把预防疾病放在生活的首要位置，要让“健康就是最大的幸福”的理念深入人心！

保持健康，给生命加油！我们历时两年而编撰的这套丛书，如果能够对每个人的健康和幸福有所帮助，将使我们感到莫大的欣慰！

编 者

1998 年 7 月

编者的话

便秘是一个最常见的临床症状，许多疾病都可伴有便秘，便秘的出现给患者带来不尽的烦恼，深入探讨便秘的症状学特征，除为广大便秘患者提供了丰富的防治知识，便于养成正确的生活习惯外，还可开阔思路，有助于对与便秘相关疾病的重视。

有鉴于此，我们组织有关人员，结合多年的临床经验，从消化系统的解剖、生理，便秘形成的病因与便秘相关疾病的诊断治疗、预防护理等多个方面进行了全面介绍。全书采用问答的形式，力求深入浅出，通俗易懂，具有较强的科学性、实用性、可读性。本书如能帮助便秘患者真正了解便秘，从而摆脱便秘所带来的烦恼，那么作者们的苦心也就没有白费。

祝愿所有忍受便秘痛苦的朋友入厕顺利。

作 者

1998年8月

目 录

人体消化系统的一般性问题

1. 人体消化系统包括哪些器官? (3)
2. 上、下消化道是如何区分的? (4)
3. 上消化道有哪些器官,有什么功能? (4)
4. 下消化道有哪些器官,有什么功能? (6)
5. 什么是肛管,其结构如何? (7)
6. 什么叫直肠瓣,它具有什么作用? (8)
7. 什么叫直肠柱? (9)
8. 什么叫肛瓣和肛窦? (10)
9. 什么叫肛乳头? (10)
10. 什么叫肛腺? (11)
11. 什么叫齿线,在临床上有什么意义? (12)
12. 什么叫栉膜带与痔环? (13)
13. 什么是肛门内括约肌? (14)
14. 什么是肛门外括约肌? (15)
15. 提肛肌有什么作用? (17)
16. 耻骨直肠肌有什么作用? (19)
17. 什么是联合纵肌? (20)
18. 什么是直肠尾骨肌和肛门皱皮肤? (21)
19. 什么是肛管直肠环? (21)
20. 肛管直肠的动脉供应如何? (22)

21. 肛管直肠的静脉回流如何? (23)
22. 肛管直肠的淋巴回流如何? (24)
23. 肛门直肠的神经支配如何? (26)
24. 直肠的结构如何? (28)
25. 结肠的解剖特点有哪些? (29)
26. 结肠的位置、形态及分布如何? (30)
27. 结肠的动脉供应怎样? (32)
28. 结肠的静脉回流如何? (35)
29. 结肠的淋巴组织概况如何? (35)
30. 结肠的神经支配如何? (37)
31. 大肠内的细菌有什么作用? (38)
32. 大肠内的气体有多少? (40)
33. 大肠是如何吸收水分的? (41)
34. 大肠是如何吸收电解质的? (43)
35. 除水、电解质外,还有哪些物质在大肠吸收? (46)
36. 大肠有分泌功能吗? (48)
37. 大肠运动具有哪些特点? (51)
38. 大肠运动有哪些形式? (52)
39. 大肠运动是如何调节的? (55)
40. 粪便的组成怎样? (57)
41. 排便过程是怎样完成的? (58)
42. 排便是怎样节制的? (61)
43. 肠壁平滑肌有什么特点? (63)
44. 肠壁平滑肌的运动受哪些神经的支配? (65)
45. 结肠运动与小肠运动有什么区别,各有什么特点? (66)
46. 哪些因素能增强结肠的运动? (67)

47. 哪些因素能抑制结肠的运动? (68)
48. 什么是食物的“消化”和“吸收”? (70)
49. 食物在胃肠内是怎样消化的? (71)
50. 食糜在小肠内的吸收过程是怎样的? (72)
51. 小肠的分泌功能如何? (73)
52. 食糜进入结肠时的主要成分是什么? (74)
53. 结肠的主要功能是什么? (75)
54. 直肠的主要功能是什么? (76)
55. 大肠液主要有什么作用? (77)
56. 哪些因素能影响排便反射? (77)
57. 影响排便过程的因素有哪些? (78)
58. 正常人的排便有何差异? (79)
59. 老年人消化道结构上有何特点, 功能有何改变? (79)
60. 小儿消化道有何生理特点? (81)
61. 孕妇消化道有何生理特点? (83)
62. 中医对“胃”是如何认识的? (84)
63. 中医对“脾”是如何认识的? (85)
64. 中医对“小肠”是如何认识的? (86)
65. 中医对“大肠”是如何认识的? (87)
66. 中医对“肾”是如何认识的? (88)
67. 中医认为“脾”、“胃”、“小肠”、“大肠”之间的相互关系如何? (89)
68. 中医认为“肾”与“脾”、“胃”之间的关系如何? (91)
69. 大便的不同性状能反映什么疾病? (92)
70. 中医通便保健有何新理论? (93)
71. 如何理解“通则不病”? (94)

72. 如何理解“病则不通”? (95)

便秘的一般性问题

73. 什么是便秘? (99)

74. 便秘都是大便干结吗? (99)

75. 便秘分哪几类? (100)

76. 什么是器质性便秘? (101)

77. 什么是功能性便秘? (101)

78. 什么是习惯性便秘? (102)

79. 什么是急性便秘? (102)

80. 什么是慢性便秘? (103)

81. 什么是结肠性便秘? (103)

82. 什么是直肠性便秘? (104)

83. 什么是痉挛性便秘? (104)

84. 什么是梗阻性便秘? (105)

85. 中医如何认识“便秘”? (106)

86. 中医将便秘分为几类? (109)

87. 何谓热秘? (109)

88. 何谓气秘? (110)

89. 何谓冷秘? (110)

90. 何谓虚秘,如何分类? (110)

便秘的病因病机

91. 饮食不当会造成便秘吗? (115)

92. 哪些饮食方法易导致便秘? (116)

93. 为什么不良的排便习惯会造成便秘? (117)

94. 劳倦过度会造成便秘吗? (118)

95. 便秘与情绪有关系吗? (120)

96. 便秘与体质有关吗? (121)
97. 为什么热病易造成便秘? (123)
98. 大便不干的便秘机理是什么? (123)
99. 服用哪些药物可造成便秘? (124)
100. 经常滥用泻剂或灌肠对便秘有什么影响? (125)
101. 肠道易激综合征所致的便秘有哪些特点? (126)
102. 老年人为什么易发生便秘? (127)
103. 直肠和肛门的哪些病变可致便秘? (129)
104. 结肠哪些疾病可致便秘? (129)
105. 腹腔内哪些疾病可致便秘? (130)
106. 哪些内分泌及代谢性疾病可致便秘? (131)
107. 哪些神经系统疾病可致便秘? (131)
108. 哪些化学品中毒可致便秘? (132)
109. 能引起便秘的化学制剂和药物有哪些? (133)
110. 电解质紊乱可致便秘吗? (133)
111. 哪些疾病可引起便秘? (134)
112. 哪些引起排便无力的疾病可导致便秘? (135)
113. 为什么女性便秘多于男性? (136)
114. 妊娠妇女为什么易发生便秘? (137)
115. 孕妇易发生便秘的主要原因是什么? (138)
116. 小儿便秘的常见原因是什么? (139)
117. 中医认为便秘的基本病机是什么? (141)
118. 中医认为习惯性便秘的原因是什么? (142)
119. 单纯习惯性便秘的中医辨证要点是什么? (143)
120. 热秘的中医辨证要点是什么? (143)
121. 虚秘的中医辨证要点是什么? (144)

- 122. 冷秘的中医辨证要点是什么? (145)
- 123. 便秘对人体有什么影响? (145)
- 124. 便秘可引起哪些疾病? (147)
- 125. 便秘能引起哪些症状? (148)
- 126. 便秘对衰老有什么影响? (149)
- 127. 便秘对血压有什么影响? (150)
- 128. 便秘与冠心病的关系如何? (152)
- 129. 便秘对脑血管有什么影响? (154)
- 130. 便秘对肝硬化病人有什么影响? (155)
- 131. 便秘对肺结核病人有危险吗? (156)
- 132. 便秘对人体皮肤有什么影响? (158)
- 133. 便秘常伴随哪些症状出现,应考虑何因? (159)
- 134. 小儿长期便秘会出现什么不良后果? (160)

便秘的临床表现与诊治

- 135. 便秘的主要症状是什么? (163)
- 136. 便秘引起伴随症状的原因是什么? (163)
- 137. 长期便秘可导致大肠癌、大肠息肉吗? (165)
- 138. 长期便秘导致结肠憩室有什么表现? (166)
- 139. 便秘所致痔疮、肛裂有哪些临床表现? (167)
- 140. 便秘病人常见的体征有哪些? (170)
- 141. 病史对判断便秘的性质有什么意义? (171)
- 142. 便秘病人需做哪些理化检查? (172)
- 143. 如何做直肠指诊,有什么临床意义? (174)
- 144. 便秘病人在什么情况下需做肛门直肠镜、乙状结肠镜检查,有什么临床意义? (176)
- 145. 便秘病人需要做胃肠钡餐及X线检查吗,有什么

意义?	(178)
146. 如何区别功能性便秘和器质性便秘?	(179)
147. 便秘伴腹部肿块者,应考虑哪些疾病?	(183)
148. 单纯性便秘伴腹痛者,应与哪些疾病相鉴别?	(185)
149. 便秘伴发热者,应考虑哪些疾病?	(187)
150. 便秘伴便血者,应考虑哪些疾病?	(189)
151. 出现便秘-腹泻交替时,应考虑是什么病?	(190)
152. 便秘伴全身乏力,应考虑哪些疾病?	(192)
153. 便秘的治疗原则是什么?	(193)
154. 如何应用饮食疗法治疗便秘?	(195)
155. 良好的排便习惯对治疗便秘有什么作用?	(197)
156. 生活规律化,适量活动对治疗便秘有何益处?	(198)
157. 避免经常滥用泻药或灌肠对治疗便秘有什么意义?	(199)
158. 怎样自我引发便意?	(200)
159. 如何引出便意?	(201)
160. 便秘的诊治要点是什么?	(202)
161. 中医对习惯性便秘有哪些治疗方法?	(203)
162. 中医对单纯习惯性便秘如何治疗?	(204)
163. 何为宣肺通便法?	(205)
164. 何为苦寒通下法?	(206)
165. 何为温阳通下法?	(208)
166. 何为润下通便法?	(208)
167. 何为通下泄热法?	(209)
168. 中医对热秘如何治疗?	(211)
169. 中医对气秘如何治疗?	(212)
170. 中医对虚秘如何治疗?	(213)

171. 湿滞便秘如何治疗? (215)
172. 中医对冷秘如何治疗? (215)
173. 麻仁润肠丸的主要成分、用法如何? (217)
174. 通幽润燥丸的主要成分、用法如何? (218)
175. 通便灵的主要成分、用法如何? (219)
176. 新清宁片的主要成分、用法如何? (219)
177. 龙胆泻肝丸的主要成分、用法如何? (220)
178. 牛黄解毒片的主要成分、用法如何? (221)
179. 牛黄上清丸的主要成分、用法如何? (222)
180. 治疗便秘的单味药有哪些? (223)
181. 治疗便秘的成方、单验方有哪些? (224)
182. 便秘病人选择中成药的原则是什么? (226)
183. 怎样用外治法治疗便秘? (227)
184. 便秘可以用针灸治疗吗,其治疗原理是什么? (228)
185. 对热秘患者应针刺哪些穴位,用什么手法? (229)
186. 对气秘患者应针刺哪些穴位,用什么手法? (230)
187. 对虚秘患者应针刺哪些穴位,用什么手法? (231)
188. 对冷秘患者应针刺哪些穴位,用什么手法? (232)
189. 穴位注射疗法包括哪些内容? (233)
190. 如何用埋线法治疗便秘? (234)
191. 如何用皮肤埋针及梅花针治疗便秘? (235)
192. 怎样用刮痧疗法治疗便秘? (235)
193. 怎样应用按摩治疗便秘? (236)
194. 怎样用自我按摩简易法治疗便秘? (237)
195. 如何点穴治疗便秘? (238)
196. 便秘伴腹胀时如何按摩治疗? (239)

197. 便秘伴腹痛时如何按摩治疗? (240)
198. 便秘伴肥胖时如何按摩治疗? (241)
199. 便秘伴有高血压时如何按摩治疗? (242)
200. 便秘伴有痔疮时如何按摩治疗? (243)
201. 便秘病人怎样做体操配合治疗? (244)
202. 倒立疗法对便秘有好处吗? (245)
203. 练腹式呼吸对治疗便秘有益处吗? (246)
204. 气功治疗便秘的作用是什么? (247)
205. 用气功治疗便秘有哪些简易方法? (248)
206. 西药泻剂中,容积泻剂有哪些药物,作用机制是什么,如何应用? (249)
207. 肠道刺激剂有哪些药物,作用机制是什么,如何应用? (250)
208. 润滑剂有哪些药物,其作用机制是什么,如何应用? ... (251)
209. 缓泻剂有哪些药物,分几类? (251)
210. 大黄有什么药理作用? (252)
211. 番泻叶有哪些药理作用? (252)
212. 正确使用泻药的原则是什么? (255)
213. 如何避免造成习惯性的用药方法? (256)
214. 如何正确选用泻药? (257)
215. 哪些维他命可以治疗便秘? (258)
216. 粪便硬结滞留直肠时泻药是否有效,用何方法治疗有效? (259)
217. 神经官能症患者便秘如何治疗? (259)
218. 如何治疗精神压力所引起的便秘? (260)
219. 滥用泻药有哪些后果? (261)

220. 为什么不能长期应用泻剂? (262)
221. 泻剂的服药时间何时最佳? (263)
222. 泻药有哪些副作用, 如何处理? (264)
223. 服用泻剂后, 大便仍不能通畅如何处理? (265)
224. 妊娠期妇女用泻药必须注意哪些事项? (265)
225. 治疗小儿便秘常用哪些方法? (266)
226. 儿童便秘有哪些主要治疗措施? (268)
227. 如何治疗婴儿的慢性便秘? (269)
228. 小儿应用泻药应注意哪些事项? (270)
229. 高血压患者的便秘应注意哪些事项? (271)
230. 治疗老年人便秘应注意哪些事项? (272)
231. 食道癌能出现便秘吗? (273)
232. 哪些食道癌患者可出现便秘? (273)
233. 瘀血内结型食道癌便秘表现如何, 怎样治疗? (274)
234. 阴虚津枯型食道癌便秘表现如何, 怎样治疗? (275)
235. 食道癌患者出现便秘如何用大黄? (276)
236. 食道癌脾肾阳虚型便秘临床表现如何, 怎样治疗? ... (277)
237. 慢性胃炎可出现便秘吗? (278)
238. 慢性胃炎寒热错杂型便秘表现如何, 怎样治疗? ... (278)
239. 肝胃郁热型慢性胃炎出现便秘怎么治疗? (279)
240. 胃阴不足型慢性胃炎出现便秘怎么治疗? (279)
241. 急性心肌梗塞出现便秘怎么办? (280)
242. 高血压病人患便秘如何治疗? (282)
243. 高血压病人便秘的治疗有单验方吗? (283)
244. 急性中风常合并便秘吗, 临床研究情况如何? (284)
245. 急性中风病人便秘如何治疗? (285)

246. 肺性脑病出现便秘如何治疗? (286)
247. 肝性脑病便秘如何治疗? (287)
248. 吸毒者便秘如何治疗? (288)
249. 急性精神分裂症便秘如何治疗? (289)
250. 慢性肾功能衰竭病人出现便秘如何治疗? (290)
251. 急性胰腺炎为什么易出现便秘? (291)
252. 急性胰腺炎出现便秘如何治疗? (292)
253. 急性胆囊炎伴便秘如何治疗? (294)
254. 排毒调补法为何能治老年性便秘? (295)
255. 老年人便秘如何治疗? (296)
256. 新产妇如何防治便秘? (297)
257. 胆囊炎胆石症出现便秘如何治疗? (298)
258. 胡翘武老中医治疗老年便秘临床经验如何? (299)
259. 张泽生老中医治疗便秘经验如何? (301)
260. 朱永先和孙章暄治疗老年便秘临床经验如何? (304)
261. 老年性便秘临床研究进展如何? (306)
262. 如何应用甘露醇治疗便秘? (309)
263. 如何应用食盐治疗便秘? (310)
264. 为什么急性脑血管病要保持大便通畅? (311)
265. 痤疮患者为何常伴有便秘? (313)

便秘的预防和护理

266. 患了便秘怎么办? (317)
267. 便秘有哪些情况需要去医院检查? (317)
268. 生活规律对预防便秘有什么益处? (318)
269. 如何养成正确的饮食习惯来预防便秘? (319)
270. 怎样利用日常运动来预防便秘再发? (320)