

什麼是大便出血？大便時排出的血液可以來自胃腸道的任何部位。一般來說，血液越紅表示出血處越靠近肛門，血液越暗則表示出血處越遠離肛門。

## 痔瘡 Haemorrhoids

痔瘡是現代人常見的隱疾之一，痔瘡的形成與靜脈長時期受壓力影響有關，導致肛門附近的血液循環受到阻礙或令到周圍的組織變弱，引起血管腫脹及血管組織突出，形成痔瘡。

## 預防痔瘡的方法

- 多吃水果蔬菜、麥皮麥片和全穀麵飽（孕婦在改善飲食習慣前，請尋求醫生意見）
- 多喝水或水果蔬菜汁（每天至少八杯）
- 減少肉類、動物脂肪、酒精的攝取。
- 固定排便的時間。
- 控制體重以減輕下肢的負擔；同時不要提拿重物。
- 排便時，勿過度用力。

## 痔瘡的徵狀

痔瘡依據痔瘡發生的類型及部位而有所不同，當然並不是所有的痔瘡都一定會有徵狀。事實上，無症狀的痔瘡患者佔大多數：

### 內痔

一般來說疼痛不明顯，最常見的症狀是大便出血。出血發生在便前或便後，一般是鮮紅的，不與大便混合。脫肛常發生在中晚期，是因為內痔增大，粘膜鬆馳而令痔突出肛門以外，以致肛門口經常會感到痕癢及腫脹。

### 外痔

肛門出血、疼痛和感染比較明顯，患者容易因為門疼痛難耐而影響行走、坐立和排便；至於感染部分，也會因為肛門組織的分泌物增多而有異味。

### 混合痔

上述的症狀都可以出現。

## 痔瘡的治療

痔瘡的治療應因應病情的嚴重情況而選擇不同的治療方法，一般來說，痔瘡的治可分為保守法及外科療法兩種：

- 保守療法所指的是飲食及藥物治療，這種療法對痔瘡本身的療效不大，主要目的只是在防止惡化及減輕症狀。

- 外科療法又可區分為非手術及手術兩種方法：

### 非手術的治療法

橡筋圈結紮術、肛門擴張術、低溫冷凍等。

### 手術切除痔瘡

手術治療則是病情比較嚴重或經過保守治療而徵狀未有改善的病人，目前常用的手術切除法為痔瘡環狀切除術 (PPH, Procedures for Prolapses & Haemorrhoids)。這項手術是簡單、安全而有效的，是最徹底的治療方法。

目前門診治療痔瘡最常使用的方式為橡皮圈結紮術 (Rubber Band Ligation)，此治療法是以橡皮圈結紮痔核根部，阻斷血流，使痔在結紮數天後自動乾枯脫落，其優點是既不需要手術也不需要麻醉，在日診時透過肛門鏡便可以做，接受治療後不需住院，肛較少有疼痛現象發生。

外科手術治療法通常須平均住院三至四天，手術後局部會有少許疼痛腫脹的不適感。只要適當地配合止痛藥、溫水坐浴及局部換藥，不適感便可至最低。



明心醫務中心有限公司  
ActiveCareMedics Limited

電話：2311 2838 傳真：3020 8797  
電郵：ACM@ActiveCareGroup.com  
網址：www.ActiveCareGroup.com