

痔瘡~坐不住的痛苦

一、什麼是痔瘡：

直腸和肛門處的靜脈發生擴張、扭曲的現象，解剖上以齒狀線來區分內、外痔，其上稱「內痔」、其下稱「外痔」、合併有內外痔稱「混合痔」。

二、病因：

1. 腹內壓升高：懷孕、門脈高壓、便秘…等。
2. 靜脈回流受阻：惡性直腸腫瘤、長久站立或端坐姿勢。

三、臨床表徵及分類：

1. 內痔：排便時出血，因排便時痔核粘膜受損引起。
長期會導致缺鐵性貧血，便秘或糞便變細。
 - (1) 第一度：只有肛內靜脈出血而無脫垂的現象。
 - (2) 第二度：解便時有痔核脫垂，但可自動縮回。
 - (3) 第三度：解便時有痔核脫垂，但需用手才能推回。
 - (4) 第四度：解便時有痔核脫垂，用手仍無法推回而脫垂。
2. 外痔：疼痛，因齒狀線下感覺神經受損；肛門搔癢，因粘液刺激肛門皮膚。

四. 診斷檢查

1. 肛門指診：確定內痔的存在。
2. 肛門鏡檢：確定內痔的部位及數目。
3. 血液檢查：評估是否慢性出血引起缺鐵性貧血。
4. 糞便潛血檢查：評估是否出血。



五. 治療：

1. 藥物治療：塞劑(如:Faktu 需放於冰箱冷藏)
2. 作用：痔瘡、直腸肛門疾患，有殺菌、止血、止痛、止癢、消除燒灼感，促進傷口的組織再生。使用方法：睡前以食指將藥物頂入肛門。
3. 橡皮圈結紮法：內痔常用治療法，阻斷循環導至組織壞死而脫落。
4. 硬化治療：藥物注射到痔核組織，使其發生發炎反應，使痔核縮小，達到暫時性緩解的目的。
5. 外科手術：切除病灶。

六. 肛門保健建議：

1. 注意飲食：避免刺激性食物如：酒、辣椒、不易嚼碎的食物…。
2. 預防便秘：多吃高纖維蔬菜. 水果、蜂蜜、牛奶，保持定時排便習慣，必要時吃輕瀉劑。
3. 避免久站、久坐、久蹲、多做肛門收縮放鬆運動，如廁時應速戰速決的習慣，不作無謂性逗留。
4. 注意肛門局部衛生，便後避免用力擦拭肛內，便後宜以溫水清洗肛門。
5. 溫水坐浴，可以促進血行舒暢病灶，於便後立刻泡盆最為見效。
方法：用大型臉盆盛溫水(以不燙手為原則)，將整個臀部坐入盆內5~10分，完畢後將肛門周圍擦乾，一天3~4次為宜，在局部塗抹藥膏或睡前使用塞劑。

