

新竹馬偕紀念醫院

地址：

30071 新竹市光復路二段 690 號

電話：

03-5166868，03-6119595

電子郵件：

service@ms7.mmh.org.tw

- 健康諮詢專線：03-6118865
週一～週五 上午 9:00~12:00
下午 14:00~17:00
週六至中午 12:00，例假日休息
- 語音掛號電話：03-5166516
- 人工掛號電話：03-6118866
週一～週五上午 8:00~17:00
週六上午 8:00~12:00

修訂: 2014/04/24

大腸直腸外科



新竹馬偕紀念醫院

MacKay Memorial Hospital, Hsinchu

(C)Mackay Memorial Hospital All Rights Reserved.

馬偕紀念醫院 著作權所有，並保留一切權利

「痔瘡」是肛門疾病中很常見的問題。痔瘡 → 並非額外生長出來的,而是與生俱來的身體組織，在肛門附近的組織中，都存在含有動脈、靜脈及微血管的血管叢，因為後天的原因而腫大，加上支持結締組織退化，所以就逐漸脫垂出來，形成了所謂的痔瘡。

何謂痔瘡：

以往一般人相信所謂痔瘡即肛門周的靜脈曲張及其造成相關病變。但目前接受的觀念是「肛門軟墊」(anal cushions)學說。此學說認為痔瘡由三個結構構成，即黏膜下血管(包括小動脈，小靜脈及動靜脈交通(Arteriovenous malformation)，結締組織及細小的平滑肌纖維。痔瘡組織扮演「軟墊」的作用，在內括約肌內襯幫助肛門達到完全控制，不至於有失禁的問題。所謂的痔瘡，應稱為「有症狀的痔瘡」。因此痔瘡並非靜脈曲張而是由動靜脈交通，結締組織及細小平滑肌所構成的「肛門軟墊」，已產生症狀病態的情況。

一. 痔瘡發生的原因並無定論,大致的原因如下

1. 長期便秘或排便習慣不良。
2. 熬夜、生活壓力、作息不正常。
3. 飲食習慣→ 辣及刺激性食物、煙、酒。
4. 腹壓上升 → 懷孕、粗重工作者。
5. 久站或久坐。
6. 年老、體質。

三. 痔瘡的症狀

1. 出血
2. 腫痛、排便困難
3. 肛門有軟塊
4. 排便時，痔瘡會脫出肛門，便後會自行縮回。若情況嚴重，痔瘡在脫出後不能自行縮回

二. 痔瘡的種類

1. 齒狀線以上 → 內痔
2. 齒狀線以下 → 外痔
3. 混合痔 → 大部份痔瘡均屬混合痔。

四. 痔瘡的分級

1. 第一度是痔位於原處，不一定有症狀，偶爾可見出血或其他肛門不舒服的現象
2. 第二度是痔瘡脫出後可自動縮回肛門者
3. 第三度是痔瘡脫出後，須用手推，方能復位縮回肛門者
4. 第四度是用手推也無法縮回肛門者

五. 痔瘡的治療

見招拆招，階段性治療取決於發作頻率、嚴重度、發生原因可否改善，一般情況下治療痔瘡可分成「非手術保守療法」和「手術療法」。

1. 非手術保守療法 → 適合第一、二度

- 溫水坐浴促進血液循環。
- 便後用溫水沖洗肛門，避免用力擦拭刺激肛門。
- 多喝水、多吃蔬果等高纖食物避免便秘產生。
- 避免刺激性食物。
- 適度運動，避免熬夜。
- 避免久坐或久站，以及長時間蹲坐馬桶。
- 藥膏、栓劑改善出血和疼痛症狀。

2. 手術方法

但如果是情況較嚴重的，例如慢性出血造成貧血，或是痔瘡脫垂、潰瘍的就需要採取積極的治療。其中內痔可以使用橡皮筋結紮法，即是把痔瘡根部用橡皮筋套住，讓它自然壞死脫落，這既不需要手術也不需要麻醉，在門診時透過肛門鏡便可以做。不過橡皮筋結紮法為治標而非治本的方式，復發機會仍高。

至於嚴重的外痔或是混合性痔瘡，則建議以手術切除，同時並進行脫垂肛門的縫合整型，達到永絕後患的目的。肛門附近的感覺十分靈敏，因此術後必然相當疼痛。

一般坊間有所謂注射療法，容易造成組織腐蝕，而冷凍、電燒、雷射，痔瘡患部壞死的範圍不易掌握，而且治療後的疼痛與直接手術並沒有太大差別。

六. 預防方法

1. 養成良好的排便習慣，當糞便排出後，即做提肛收縮動作（指交替收縮與放鬆肛門，等待下一波的便意，如此重覆上述動作），不可久坐馬桶。
2. 避免便秘或下痢。
3. 平日多吃蔬菜、水果等高纖維食物，避免酒類、油炸及辛辣等刺激性食物。
4. 養成規律的生活習慣、適當運動及休息，避免熬夜。
5. 使用灌腸劑與瀉劑都易養成習慣，故應避免自行購買使用。

6. 有異常現象時，如大便帶血，應立刻找直腸外科醫師就診；勿聽信密醫或廣告，以免弄巧成拙。

➤ 新竹馬偕紀念醫院，關心您的健康。