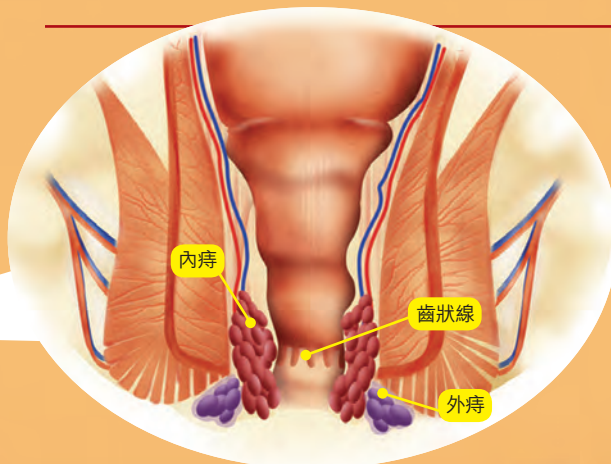




俗語有云：「十個男人九個痔」，痔瘡在中年和老年人士身上十分普遍，男女同樣受其困擾，可是不少患者卻因尷尬而難以啟齒，甚至不願求醫。

坊間對痔瘡存有誤解，今期家庭醫學專科醫生剖析痔瘡的成因和治療方法。

撰文：文樂軒 設計：楊存孝



◀一般痔瘡以直腸的齒狀線作為區分內痔和外痔的界線，齒狀線以上為內痔，以下則是外痔。

# 識痔瘡 預防

養和醫院家庭醫學專科醫生  
袁兆文醫生

## 直腸末端靜脈曲張

大眾普遍認為痔瘡因生活習慣、飲食、大用力過度等因素引起，養和醫院家庭醫學專科醫生袁兆文醫生指出：「醫學上未有學說能夠證明痔瘡的直接成因，但從臨牀結果可見，痔瘡是直腸最末端附近的血管出現靜脈曲張，導致血管膨脹和凸出，最終演變成痔瘡。」

由此得知，痔瘡出現的一大原因是血液循環不佳，例如患者長期便秘，大便時需要用力，增加腹腔壓力，影響血液循環；孕

婦因為胎兒壓着腹腔，導致靜脈血管受壓等因素，亦會導致痔瘡出現。」

而坊間流傳吃辛辣和刺激的食物會增加患上痔瘡的風險，袁兆文表示兩者沒有直接關係，但刺激的食物有機會影響消化，若果原本直腸內血管已有凸出的徵狀，再進食這些食物有機會刺激血管，導致發炎、痔瘡出現或加劇病情。



◀辛辣和刺激的食物有機會影響消化，令痔瘡惡化。

## 十個男人九個痔？

俗語說「十個男人九個痔」，但袁兆文表示痔瘡與性別無關。他說：「醫學上沒有證據顯示男性有較大機會患上痔瘡，實際上男性較多出現痔瘡的原因可能與職業有關，例如男性需要較多體力勞動，經常提重物，導致腹壓增加，增加痔瘡出現的機會。」

此外，坐姿不良會導致腹部摺疊，增加靜脈壓力，這些經常坐下、缺乏活動的人士，出現痔瘡機會也較高。長者也是罹患痔瘡的高風險族群之一，他們一般活動較少，腸道蠕動較慢，較大機會患有便秘，也會有可能引致痔瘡出現。



◀體力勞動和經常提重物的工作，會增加痔瘡出現的機會。

## 內痔外痔 怎樣分？

痔瘡有分為內痔和外痔，袁兆文解釋：「一般會用直腸的齒狀線作為界線，齒狀線以上稱為內痔，以下則是外痔。兩者徵狀有很大分別，內痔患者一般不會感到強烈的痛楚，除非內痔已經脹大至凸出肛門口，而內痔有較大機會導致大便帶血。」

相反，外痔患者則較易感到痛楚，原因是內痔和外痔生長位置所涉及的感覺神經不同，外痔位置的神經線感覺較為敏感。」





▲大便帶血是痔瘡患者的常見徵狀。

## 檢查以排除其他疾病

袁兆文指出痔瘡患者求診，通常是因為大便帶血，或者受痔瘡影響而肛門感痛楚，甚至是痔瘡已經凸出。「首先醫生根據患者病徵去追查是否患上痔瘡，例如尋找大便帶血的背後原因，由於痔瘡屬肛門一帶的靜脈血管問題，流出的血液或大便表面的血液應是鮮血，但同時亦要排除其他可能性，包括肛裂、大腸出血、性病等等。

其次醫生也會詢問患者的健康變化，包括體重有沒有急降或大便習慣有否改變等。如果患者懷疑其痔瘡凸出，我們也會進行臨牀檢查，例如手指探肛和肛門內窺鏡，檢查清楚痔瘡以外會否涉及其他疾病。如發現有其他病徵，我們會建議患者進行更詳細檢查。」他說。

## 紓緩病徵為主

治療方面，袁兆文指，醫生主要會針對痔瘡的徵狀治療，通常會處方痔瘡外塗藥膏和痔瘡塞肛藥物，它們含有類固醇，達至消炎和止痛作用，部分亦有麻醉作用，務求減輕患者的不適。如果是較為嚴重的痔瘡，患者痛楚感覺強烈，有機會需要處方針對靜脈曲張的口服藥，處理血管膨脹，紓緩病情。

袁兆文提醒，藥物大多是紓緩病情，要根治則應由改變生活習慣着手，例如多做運動、增加活動量、減少腹部壓力、保持排便暢順等等。



▲要根治痔瘡應由改變生活習慣着手，例如多做運動。



▲一般治療痔瘡以針對徵狀為主，通常會處方痔瘡外塗藥膏和痔瘡塞肛藥物。

痔瘡的出現是由於直腸最末端附近的血管出現靜脈曲張，導致血管膨脹和凸出。

# 全面認 治療與

## 手術切除有機會復發

若痔瘡屬嚴重程度，是可以透過做手術切除，但袁兆文指不少患者對痔瘡有誤解，以為用手術割去痔瘡便能夠解決問題。「由於痔瘡是血管靜脈曲張而成，作為血管的一部分，單純割去痔瘡部分，直腸剩餘的其他血管持續受壓。若不解決根本問題，痔瘡還是有機會復發。」

部分痔瘡患者會於坊間自行購買痔瘡膏，袁兆文指選擇有信譽的藥房或由註冊藥劑師處方相關藥物問題不大。但患者應留意痔瘡引起的徵狀，有機會是其他健康問題而起引，未由醫生檢查確診或會錯過治療黃金時間，所以最好是盡快求診。☞



▲如果於坊間自行購買痔瘡膏，應選擇有信譽的藥房或由註冊藥劑師處方相關藥物。