

便血不一定是痔疮那么简单！

兰州肛泰春季除痔保肛正在进行中



受访专家:潘秋花
兰州肛泰肛肠医院女子诊疗中心主任，原甘肃省中医院肛肠科副主任医师，从事肛肠外科临床研究 30 余年。擅长运用中西医结合诊治各类肛肠疾病以及民间中医药的研究与开发，如内外痔、肛瘘、肛裂、肛周脓肿等具有自己一套独特的诊疗方法。

随着春季回暖,部分不注意饮食调整的人群出现了痔疮、肠炎等肠道疾病。很多患者如厕时甚至出现便血的情况,不少人认为是季节原因引起的上火所致,买来降火药,火没降反“升”。那么大便肛门出血怎么回事,肛门出血是否是预示着罹患了疾病?

肛门便血并非都是痔疮

潘秋花:痔疮最突出的症状就是大便带血,只要一说起肛门出血,人们就会想到痔疮发作,往往忽视这一现象背后可能隐藏着大患。

便血也常见于其他疾病,如肛裂、直肠息肉、肛周脓肿、肛门异物损失等都会导致便血。但我们一定要注意的是直肠癌也会变为无痛性便血。

痔疮和直肠癌的便血颜色、痛感不同

潘秋花:痔疮与直肠癌相似症状就是血便,而且往往便的都是新鲜血。但如果鲜血与大便混合,且血的颜色呈现黑色,则可能是癌变的信号;如果血与大便不混合,且大便与血是分开的,痔疮的可能性就大一些。

直肠癌主要表现为排便习惯改变,血便,脓血便,里急后重,便秘,腹泻等;大便逐渐变细,晚

期则有排便梗阻消瘦甚至恶液质。

肛泰疗法除痔出血少 恢复快

潘秋花:兰州肛泰肛肠医院采用 HCPT 微创术。该技术高效微创、高频止血、不伤其他组织,切除痔上直肠黏膜同时切断痔上黏膜及黏膜下的血管,减少痔块供血,使其萎缩,达到治愈的目的。该术式无需住院,费用低,不受季节影响、随治随走。该技术也同样可以适用于其他类型的痔疮及肛瘘、肛周脓肿等疾病。

兰州肛泰九大措施贴心服务患者

- 1.导医引导初入院的患者挂号、检查及就医;
- 2.开展电话、网络多途径预约挂号,避免路途遥远的病人起大早还挂不上号;
- 3.设立女子诊疗中心,方便女性患者就医,避免女性患者就医碰到男医生尴尬;
- 4.准时出诊、开足窗口、简化程序,有效缩短病人的就诊时间;

- 5.建立透明的收费程序,避免“以药养医”的情况发生;
- 6.特殊检查取消预约,为病人开设绿色通道并实行全程陪护;
- 7.免费复诊检查,减少患者费用;
- 8.设施贴心周到,诸如病房内设电视、提供三餐等多项便民措施;
- 9.治疗过程切实做好告知服务,让病人充分享有自主权、选择权。

医保定点医院 节假日不休

兰州肛泰肛肠医院节假日不休,每天都有专家坐诊,工作繁忙的患者可周末预约就诊。兰州肛泰肛肠医院现已成为省直医保、市医保、新农合医保、定西市医保、临夏回族自治州及铁路医保定点单位。

(阎韵竹)
潘秋花热线 0931-2669999 或前往小西湖义鸟斜对面兰州肛泰肛肠医院咨询

“黛玉”型人群小心肠易激综合征

肠子很“娇气” 治疗得先去心病

肠易激综合征的表现

35 岁的王女士总抱怨自己的肠子很“娇气”,经常“闹情绪”。跟朋友聚会,别人都想吃火锅、麻辣烫,可她不能吃,否则就会拉肚子。工作压力稍微大点,肚子就“咕噜咕噜”叫,老想上厕所。其实,这种“娇气”的肠道反应就是肠易激综合征的表现。

专家指出,肠易激综合征是一种常见的功能性胃肠疾病。患者以青壮年居多,其中女性多于男性,发病年龄主要集中在 20~40 岁之间。症状主要有腹痛、腹泻、大便性状改变(如黏液便、水样便或硬便),有时排便费力,有紧迫感或排不尽的感觉。有的患者可能会腹泻和便秘交替出现。虽不危及性命,但却不同程度地影响人们的生活质量。

现代都市生活使得很多上班族饮食不规律,无节制,很多人会经常出现腹泻、腹痛,做遍了检查,却发现既没有病菌、病毒感染也没有炎症、溃疡、息肉与肿瘤。其实,这种反复发作的“怪病”,在医学上可能是肠易激综合征(简称 IBS)。

肠易激综合征是一种身心疾病,性格内向、压力大、遭遇重大变故容易患上此病,尤其是女性高发。要想远离这种疾病,首先得治好自己的“心病”。

胃肠为何总是“闹情绪”?

肠易激综合征是一种身心疾病,4 类人最容易得:1.内向的人。往往不擅交际,遇到

压力喜欢自己担着,容易长期陷入消极情绪,影响植物神经功能,进而抑制肠胃功能,让肠胃蠕动变慢。2.压力大。常常吃不下东西,或者饮食不规律、缺乏运动,会引发胃肠神经紊乱。3.遭遇重大变故、挫折的人。4.女性。现代女性要兼顾家庭和工作,压力更大,因此更容易患上功能性胃肠病。

怎样对付“娇气”的肠子

对付娇气的肠道,放松心态和合理膳食很重要。治疗这种病,建议患者要先治“心病”,可以去正规心理咨询机构或医院心理科求助。其次要配合调整生活方式,经常进行体育锻炼。以便秘为主的病人要多吃富含纤维素的食物,比如芹菜等。最后,可在医生的指导下选择药物治疗。

本报记者 阎韵竹



资料图片

“音乐”也能治疗腹痛腹泻?

在一项研究中表明,音乐有助于肠易激综合征患者的治疗与康复,大致分为以下三点:

- 1.通过音乐的艺术感染力作用于感情,以情导理,具有较强的抗病作用。
- 2.可消除患者精神上的障碍。优美的音乐可分泌有益健康的激素和酶,起到调节血流量,神经反射和消化的功能。同时音乐声波对中枢和内分泌系统是一种良性刺激,促进神经内分泌系统分泌出有益于健康的激素、酶类、乙酰胆碱等生命活性物质,促进人体的新陈代谢,达到镇静、减轻疼痛的作用。
- 3.音乐还能增强患者战胜病痛的信心,调节人体免疫潜能,优化患者不良心理状态,在临床心理生物和物理诸方面化解患者失眠、紧张、焦虑、烦躁、恐惧、疼痛和不舒适感,食欲不振等痛苦。

(阎韵竹)

肠易激综合征的自测方法

有些人会出现与胃相关的症状,如恶心、消化不良或胃灼热感,还有一些其他更严重的症状,如异常的直肠出血、体重减轻、贫血或发热,这些不是肠易激综合征的症状。所以,出现类似肠易激综合征的表现时,首先要进行全面检查,排除其他病变的可能,然后才可以根据症状进行诊疗。

以下为肠易激综合征(简称 IBS)的一些症状表现,可作为肠易激综合征(简称 IBS)自测的依据:

- 1.腹痛和肠痉挛,在排便或排气后缓解;
- 2.腹泻,难以控制、饭后症状会加重;
- 3.便秘,排便后不尽感;
- 4.便秘和腹泻交替出现;
- 5.腹胀或排气过多;
- 6.大便带粘液;
- 7.当遭受压力和改变时,如旅行、社交活动、日常习惯改变、饮食改变、月经等症状会加重。

温馨提醒:精神紧张、压力大,生活不规律,过度劳累等,都有可能导致肠道敏感性增加,使肠道的感觉、运动功能出现异常,很多肠易激综合征(简称 IBS)严重患者,很大一部分也是精神原因导致的。

本报记者 阎韵竹 整理

春夏之交请遵循

“四不、一少”保护胃肠环境

肠易激综合征的病因较为复杂,除精神因素为主外,饮食因素也是导致肠道功能失调而引起该病症的关键因素,因此,在肠易激综合征的防治中,不可忽视饮食保健环节。那么,在日常生活中,肠易激综合征饮食的禁忌有哪些?

一“不”要过度饮食

一日三餐应当做到定时定量,这样才不会造成饥饱不定。专家指出,规律而有节制的饮食方式有利于肠道消化吸收功能平衡,而无节制的过度饮食,特别是暴饮暴食,则可引起肠道功能严重紊乱,诱使肠易激综合征患者病情复发或加重。所以,患者应特别重视节制饮食并合理安排一日三餐,以防止过度饮食的危害。

二“不”能大量饮酒

酒精可造成肠道运动及消化吸收功能障碍,加重腹胀、腹痛症状,大量饮酒还可刺激肠黏膜,降低局部抵抗力而造成肠黏膜损伤,加重消化不良及腹泻。因此,专家告诫肠易激综合征患者,一定要彻底戒酒。

三“不”可喝咖啡

对胃肠道来说,咖啡是一种刺激性饮

料,与酒精一样可引起肠道的运动及消化功能障碍,加重腹胀、腹痛症状,所以,肠易激综合征患者最好避免饮用咖啡。

四“不”吃高脂饮食

肠易激综合征患者的饮食要以清淡、易消化、少油腻为基本原则。任何情况下的高脂饮食都可造成消化功能减退,加重肠胀气症状,且易诱发便秘,因此,患者要限制脂肪的摄入、尤其要严格限制动物脂肪的摄入。

“少”吃产气食物

产气食物进入肠道后,经肠道细菌的分解可产生大量气体,引起肠道扩张和肠蠕动缓慢,可致患者出现肠胀气、腹痛、便秘或腹泻等症状。研究表明,碳酸饮料、豆类、薯类、甘蓝、苹果和葡萄等都属于产气食物,必须严格限制患者食用这些食物。

本报记者 阎韵竹

日常预防 心理、生活、饮食皆注意

本期给大家介绍肠易激综合征的日常护理、预防小技巧,给自己和家人一个健康的肠胃。

未病前的肠易激综合征的预防:

- 1.适当参加文体活动,积极锻炼身体,增强体质,预防疾病;
- 2.对可疑不耐受的食物,如虾、蟹、牛奶、花生等尽量不食,辛辣、冰冻、油腻生冷食物及烟酒要禁忌。同时避免泻药及理化因素对肠道的刺激。饮食定量,不过饥过饱,养成良好的生活习惯;
- 3.该病多在思想负担沉重、情绪紧张、焦急、愤怒、抑郁等因素时发病。因此避免精神刺激,解除紧张情绪,保持乐观态度是预防本病的关键。

已病后肠易激综合征:

- 1.少食多餐。腹泻患者应食少渣、易消化、低脂肪,高蛋白食物,避免过食生冷及刺激性食物。
- 2.本病一般无需卧床休息,鼓励病人劳逸结合,可参加适当的工作,建立良好的生活习惯。
- 3.本病精神护理非常重要,家属必须与医护人员互相配合,解除患者紧张情绪,树立战胜疾病的信心。

(阎韵竹)