保肛典范之兰州肛泰“无刀除痔”

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。擅长运用肛泰疗法诊治各类肛肠疾病及民间中医药的研究与开发，如对内外痔、肛瘘、肛裂、肛周脓肿等具有一套独特的诊疗方法。

“肛泰疗法”是中国肛肠病研究院、肛泰肛肠连锁医院在总结继承祖国传统医学基础之上，结合西方肛肠病治疗领域的先进技术和科学成果，经过一百多位肛肠专家、近万例临床病例研究和科学实验，创造出的一套集预防、保健、检查、治疗、康复于一体的“保肛微创疗法”。肛泰疗法具有:标准诊断、个体化微创治疗、全程疼痛控制、保肛护肛、调节肛门生理功能、恢复肛门组织结构六大优势，获得了国内外同行和专家的认可和赞誉。

“无刀除痔”术是肛泰疗法多种微创技术的核心提炼，它是用来诠释肛泰疗法核心技术的一种概念，引领肛肠疾病诊疗进入“无刀手术”的诊疗时代。

传统手术问题多

传统痔疮手术目的是摘除痔核或用缝扎等机械方法使之栓塞或萎陷。虽也有一定疗效，但不十分有效，术后症状的缓解率较低；术后要注意保养，否则1至2年后易复发，手术还可能会导致大便失禁等后遗症。

“无刀除痔”最大程度保留肛门正常功能

兰州肛泰肛肠医院的“无刀除痔”具有无可比拟的四大优势：首先，除痔不开刀，“无刀除痔”技术告别了传统开刀治痔疮的历史，并不直接处理痔本身，而是用特殊器械诸如套扎术、吻合器等，手术出血少，术后创伤小；其次，微创不复发，治痔从根源下手，手术彻底不易复发；再次，重度患者只需2~3天，轻度患者无需住院；最后，由于不开刀，最大程度地保留了肛门正常功能，避免肛门狭窄、肛门失禁等并发症。目前“无刀除痔术”主要采用智能PPH微创术、美国第五代HCPT电凝消融术、智能STARR术、贺利氏套扎术、DG-HAL痔动脉结扎术等，针对不同类型的痔疮、肛瘘、肛裂等肛肠疾病对症使用。

肛泰充分保留患者自主权，医保定点单位

兰州肛泰肛肠医院将中医与西医结合治疗、门诊治疗与住院治疗、手术与非手术治疗等在临床上均实现了可选模式，患者拥有充分的自主权，依据个人经济能力实现最个性、最优化的诊治，打破了传统诊疗的固有模式，深受广大患者青睐。

兰州肛泰肛肠医院现已成为甘肃省直医保、市医保、新农合医保、临夏回族自治州医保及铁路医保定点单位。兰州肛泰肛肠医院健康咨询热线0931——2669999。

就医地址:兰州市小西湖公园西侧(义乌商贸城斜对面)。

扫描二维码，立即获取兰州肛泰肛肠医院专业健康咨询

(兰)医广[2014]第04—01—20号

肛肠微信咨询平台

如厕多风险 老人需谨慎

大便太用力、憋尿都易引起昏厥

按照每天上厕所6-8次来算，每个人一生中有2-3年的时间是在厕所中度过。而慢性病诱发急症、意外滑倒摔伤、煤气中毒、触电等紧急情况在厕所中很常见。尤其一些突发疾病，因此，厕所又是家中安全风险最高的地方。

老年人如厕要注意

一些患有高血压、冠心病、心肌梗塞等心血管疾病的老年人，上厕所排便时容易出现意外。当用力摒气排便时，腹壁肌和隔肌强烈收缩，使腹压增高，而腹压的增高会使心脏排血阻力增加，动脉血压和心肌耗氧量也因而增加。

据研究，排便时脑动脉压力可增加20毫米汞柱以上。血压骤升可导致脑溢血，心肌耗氧量的增加可诱发心绞痛、心肌梗塞及严重的心律失常，两者都可能导致猝死。老年人血管调节反应差，久蹲后站起容易发生脑缺血，出现晕倒甚至脑血管意外。所以大便时应取坐位，不宜用蹲式。便后站起时应缓慢。

憋尿太久容易昏厥

憋尿太久后突然排尿也会有危险。因为这会让迷走神经变得过度兴奋，同时膀胱排空过快，血液往下走，促使血压降低、心率减慢，脑供血不足，从而诱发排尿性晕厥。晕厥后，如果病人没有得到及时救治，就很可能有生命危险。

洗澡湿度大影响脑供血

卫生间是一个密闭缺氧的环境，长时间待在其中，很容易引起大脑和心脏缺氧。比如洗澡时，尤其是天气寒冷这种情况非常常见。同时，浴缸的大小、室温和水温都会带来血压波动。浴缸小而深，水对心脏的压力就大；洗澡水太热容易诱发脑溢血；沐浴后如不注意保暖，冷空气刺激皮肤，血管收缩，血压就会上升。这对老年人来说都是健康的隐患。

水多地滑摔跤常见

一般来说，卫生间是家中最湿滑的地方，洗澡、洗漱后溅出的积水，一不留神就能让人摔倒。研究显示，卫生间最易滑倒的时刻是迈出浴盆或走出淋浴间的一瞬间，受伤比例占到总数的9.8%。很多老人跌倒后容易出现骨折，本来就有冠心病等心脏问题的人，会因猝不及防的摔倒诱发心绞痛，需立刻急救。

家电多隐患也倍增

有些家庭中厕所放有大型家电，比如洗衣机、热水器等，存在不少安全隐患。洗衣机渗水、电热水器老化等问题会引发漏电、触电事故。燃气热水器则容易诱发一氧化碳中毒。

本报记者 阎韵竹

化解如厕隐患的四种办法

既然如厕这么多安全健康隐患，那么平时生活中，尤其是老年人应该怎样做才能一一化解呢?

如厕蹲起动作要慢

中老年人晨起排便时，动作一定要慢，慢慢蹲下去、站起来。老年人常有关节炎，由于膝关节软骨表面被破坏，常会造成下蹲困难，因此宜选用马桶。家里还可以考虑在马桶周围安装把手，便于老人起坐。

用力排便要谨慎

有便秘问题的人，特别是患有高血压的老人，要考虑在如厕前先使用润肠药物，排便时不能太用力。另外，最好不要憋尿，如果憋得太久，男性最好不要站立排尿，也不要一下子排完，动作一定要慢，不要用力。

卫生间最好干湿分离

卫生间的摆设应尽量简单，让地面上少些牵绊和阻挡。老人最好不要使用浴缸，因为进入浴缸时必须单脚抬得很高，很容易跌倒。一定要用的话，最好在浴盆旁边或淋浴房中安装扶手，同时还应配有防滑垫。洗完澡要及时将脚和卫生间的地板擦干。卫生间的设计最好干湿分离，家中有老人的家庭，最好使用防滑底拖鞋。

厕所门最好向外开

其实，厕所门最好设计成向外开的平开门或推拉门。另外，厕所门的锁最好装成里外都能打开的两用型，门上还可以装个玻璃窗，如老年人发生危险，家人可随时查看。

本报记者 阎韵竹 整理

卫生间喷香味或对人体有害

下水道异味、马桶反味……各种臭味聚集在卫生间，不少家庭主妇会忍不住经常性地喷洒空气清新剂、除味剂或香水，借以掩盖难闻的气味。而如果在狭小、通风不良的卫生间喷洒很多香氛，长期吸入或对人体有害。

专家指出，各种空气清新剂基本上都是由乙醚、香精构成，它们仅仅只是“掩盖”了臭味，并没有真正“净化”空气。而之前也有媒体曝光，不少空气清新剂和劣质香水中可能含“人造麝香”，这是一种已被证实的有毒和致癌物质，会造成肝肾负担加重、畸胎以及肿瘤。

建议大家，在卫生间里放置小香皂、肥皂可以除臭；使用茶叶渣、柚子皮、洋葱片、菠萝块等也能起到遮盖臭味的作用；在卫生间的稍低处放置打开的清凉油，也可起到除臭的效果。 (阎韵竹)

如厕玩“朋友圈” 当心便秘

叮咚，谁又发言、回复啦！随着手机各种客户端的流行，微博、淘宝、QQ等网络交流工具逐渐成为了厕所的宠儿，最近有网友称其如厕时不看微信“朋友圈”反倒会心急到便秘，而这些个生活中的坏习惯，是真的会让你的便意越来越少，最终酿成疾病。

当心“便秘”变“痔疮”

长时间在上厕所的时候玩手机或者看小说，排便的速度势必就会变慢。大脑的思维活跃程度便纷纷转移到了玩手机上，长此以往会给肛门造成不必要的压迫，肛门的健康就是这样悄悄被破坏的。

因此，不论是采用马桶式还是蹲式，一般排便时间最好控制在三分半钟以内。如果过了这个健康的时间，再继续排便，势必会对肛门造成危害，极易患上便秘，更有甚者有罹患痔疮的危险。

早起为最佳排便时间

大家都知道早上起床后是最好的排便时间，而如何做到这一点呢？首先强调一点就是一定要养成按时排便的好习惯，这是非常重要的，否则容易导致便秘，对身体健康极为不利。

因为排便是可以形成条件反射的，因此，每天早上不管是有没有便意，都要在规定的时间里排一次，时间一长，就会形成早晨排便的好习惯了。 本报记者 阎韵竹

服药后烧心 快用苏打饼干“解救”

服用对胃刺激性较大的药物时，为缓解药物造成的“烧心”，宜在饭后半小时服药，这时药物可在胃里溶解后随食物排空，同时大量喝温开水。另外，不妨吃点苏打饼干，因其含有碳酸氢钠，这样可中和胃酸，缓解“烧心”等不适症状。如果这样还不能减轻“烧心”的程度，可以服用一些中和胃酸的药物，如复方氢氧化铝片等。

若平时也容易出现反酸现象的人，应注意饮食，避免进食过快过饱，同时尽量少进食或不进食某些食物，如茶、咖啡、油炸食品、辣椒、烈性酒等，多进食含碱性的食物，如黄瓜、胡萝卜、菠菜、香蕉、苹果、卷心菜等。还有一些食物因吃起来酸，人们就错误地把它们当成了酸性食物，如山楂、西红柿等，其实这些东西是典型的碱性食物。 (阎韵竹)