

# 喜食辛辣食品易得肛肠疾病



## 本期指导专家 李永翔

李永翔,安徽医科大学第一附属医院普外科主任医师,从事普外科临床工作18年,擅长肝胆及胃肠外科,能独立开展胰头十二指肠切除、半肝切除、联合脏器切除等复杂手术,成功开展腹腔镜下结肠癌根治、胃部分切除、阑尾切除等微创手术。

随着社会的发展,环境的污染,人民生活水平的提高,肛肠疾病的发病率越来越高,危害也越来越引起人们的关注。

肛肠疾病是如何形成的?常见的肛肠疾病有哪些种类?得了痔疮该怎么办?3月12日上午9:30~10:30,本报健康热线(0551-62623752)邀请了安徽医科大学第一附属医院普外科主任医师李永翔与读者交流。

王异 记者 李皖婷/文 倪路/图

## 总有排便感应尽快去医院检查

读者:我平时一天2次排便,大便也都正常,但总是会有排便感,每次上完厕所之后过一会又有想去的感觉,但是去医院

做过肛检也是正常的,不知道怎么回事?

李永翔:这种情况不排除肠炎、痔疮的可能,在肛检没有发现问题的情况下,建议到正规的医院做个肠镜、B超的检查,以排除肠道肿瘤的可能性。针对这位患者的情况,明确病因是治疗的关键,在没有明确病因的情况下,千万不能自行用药,以免延误最佳治疗时机。

## 赘皮外痔患者避免辛辣、烟酒刺激

读者:我今年二十多岁,就在最近的一两年里,有了痔疮,平时有点痒,但是不出血,去医院检查发现是赘皮外痔,现在该怎么办?

李永翔:赘皮外痔是因形态而命名的,医学通称为结缔组织外痔,皮肤下垂物和赘皮性外痔。这种外痔呈黄褐色或褐黑色,突出易见,大小形状不等。有时只有一个,在肛门后部或前部正中,有时数个围绕肛门一周。如果没有发生炎症,患者会感觉有异物感或排便后肛门口不易清洁,从而引生湿疹和搔痒。如有发炎的情况,就会感到疼痛,坐立行走都会不便。针对这种情况,要及时到医院治疗,如果严重的话就需要手术切除。对于患者来说,要保持肛门清洁,便后温水坐浴,局部应用痔疮栓或痔疮膏。平时要注意不吃辛辣刺激的食物,不能过度熬夜、抽烟、喝酒,同时也不能久坐,要加强锻炼。

## 痔疮不一定要手术治疗

读者:痔疮在什么情况下需要手术?

李永翔:痔是最常见的肛肠疾病,任何年龄都可发病,但随年龄增长,它的发病率增高。痔疮包括内痔、外痔和混合痔。在临床上根据内痔组织的病理变化不同,也分为血管肿型、静脉曲张型和纤维化型三型。而外痔主要是肛门边隆起的肿物,可分为以下几种:血栓外痔、炎性外痔、静脉曲张型外痔和结缔组织型外痔或皮赘外痔。对于痔疮的治疗,早期的痔

疮可以采取保守治疗既使用药物治疗各种痔疮,包括内用药、外用药,但切忌盲目用药治疗,一定要在医生的指导下用药,同时要改变自身的生活习惯,作息规律、饮食清淡,不要长时间站立或坐,另外大便时间不要太长。当采用保守治疗无效,且病情逐渐加重者应采用手术治疗,每次便血量较多者应尽早考虑手术治疗,另外,血栓性外痔者也应采用手术治疗。

## 上厕所时蹲着看书容易得肛肠疾病

读者:我偶尔会有便秘的情况,会不会长痔疮?想知道痔疮的发病原因是什么?该怎么预防呢?

李永翔:痔疮的病因尚未十分明确,但它的发生通常是由多种因素造成的,有遗传、生理的因素,也有一些是因为不良的生活习惯所诱发。比如,腹泻和便秘就是诱发肛肠疾病的重要因素,同时在上厕所时蹲着看书时间过长,也容易引发肛肠疾病。长期饮酒或喜食辛辣食品的人,肛肠疾病的发病率较高。还有一些患者,因为职业的因素,长期站立或久坐,或者患有一些慢性疾病,都会导致痔疮等疾病的产生。

生活中,我们应该采取合理有效的预防措施:1.养成良好的排便习惯,最好是定时排便,不能强忍也不要久蹲,不要看报读书,时间越短越好;2.保持肛门口位清洁卫生,便后温水清洗;3.饮食清淡,多吃蔬菜水果、多喝水,少吃辛辣刺激食物;4.生活规律,加强锻炼,注意不要久站久坐,不能长期熬夜,每天可以做一些提肛运动,预防痔疮的发生;5.当出现便秘或者腹泻等慢性肠道疾病时,要及时去医院治疗;6.孕期因为子宫膨大影响痔静脉回流,且活动较少,易诱发痔疮。因此孕妇应适当增加活动,便后可以用温水熏洗肛门口局部,同时要注意合理饮食,防止出现大便干燥、便秘,从而引起痔疮。

## 下期预告

### 营养不良也会得脂肪肝

你知道吗?营养不良也会导致脂肪肝。脂肪肝需要药物治疗吗?肝癌能用中医方法治疗吗?黄疸患者应该怎么办?3月19日上午9:30至10:30,本报健康热线0551-62623752将邀请安徽省中医院感染二科主任施卫兵与读者交流。

施卫兵,安徽省中医院感染二科主任,从事中医、中西医结合诊治感染性疾病临床、教学、科研工作20余年,掌握肝组织活检术等先进的诊断技术,主攻各型肝炎、肝硬化、肝癌癌前病变、黄疸及腹水的研究。擅长运用中医、中西医结合方法治疗各种肝胆疾病、发热性疾病等。尤其在中医药防治肝病方面积累了丰富的临床经验。

陈小飞 记者 李皖婷

## 口腔健康讲堂

### 口腔溃疡不愈 警惕癌症

据合肥市口腔医院颌面外科赵君博士介绍,口腔溃疡俗称为“口疮”,是发生在口腔黏膜上的表浅性溃疡,具有周期性、复发性及自限性等特点,好发于唇、颊、舌缘等。

据悉,口腔溃疡的发生与许多因素相关,如局部创伤、精神紧张、睡眠状况不佳等精神因素,食物、药物、激素水平改变,以及维生素或微量元素缺乏等,但确切的病因至今仍不明朗。

赵君博士提醒,对于口腔溃疡千万不要轻视,因为口腔内经久不愈的溃疡,可能会发生癌变,特别是固定于一个位置的溃疡,在除去一切刺激因素(如残冠、残根、不良修复体等)并对局部进行积极治疗后,2周仍无愈合趋势,而且有的溃疡周围有组织增生、高起,中央凹陷如火山口状,边缘及基底变硬,病人并不感到十分疼痛或无痛,应立即取活检以明确性质,进行手术切除。

张婷婷 记者 李皖婷

## 引入“抗凝门诊”模式 实现个体化抗凝管理

房颤患者中风率和死亡率是非房颤患者的两倍,而对于接受了心脏瓣膜置换等手术的患者,血液流过人工瓣膜时容易在周围凝固而形成血栓,严重可危及生命。因此,如何进行有效的基础抗凝治疗,成为摆在全社会面前亟待解决的课题。

全国首家抗凝门诊近日在南京鼓楼医院正式揭牌成立。据了解,该院每年开展心脏瓣膜手术700余例,此次积极引入抗凝管理模式,旨在帮助患者实现个体化抗凝管理。经过两年多的试运行,该院每周三上午的抗凝门诊已接待省内外患者逾千人。

抗凝治疗是血栓性疾病、房颤或心脏瓣膜置换手术等诸多疾病必须进行的基础治疗之一。目前最常用的抗凝治疗药物如华法林,但在高危患者身上却未得到充分利用。因此,服用华法林的患者必须定期监测INR水平。该院心胸外科行政主任兼抗凝门诊主任王东进表示,“相对于普通门诊,在抗凝门诊接受治疗的患者出血概率减少59%。”

南京鼓楼医院抗凝门诊采用罗氏诊断康固全(CoaguChek)凝血检测仪,只需在手指上扎取一滴血液,在1分钟内即可得到准确的检测结果。罗氏诊断大中华区总经理黄柏兴先生表示:“很高兴罗氏诊断康固全凝血检测仪能够入驻南京鼓楼医院,未来,罗氏诊断将继续致力于提供最先进的诊断产品与服务,让更多患者获益。”

## 一周病情报告

# 谨防小儿烧烫伤

入春以来,天气开始变暖,随着孩子身上衣物减少,烧烫伤的发生率在逐步提高。据合肥市第一人民医院门诊统计,近日常来就诊的烧烫伤小患者有所增加,该院烧伤整形科主任王少根说,烧烫伤是小儿常见的意外损伤,最常见的是“热力烧烫伤”,即超过60℃物质造成以皮肤受伤为主的损伤,其中因热水、热汤、沸粥等烫物引起

的烫伤最为多见,故又称烫伤。

专家提醒,烧伤的急救分为两种,轻度烧烫伤者,应首先将烧烫伤部位放在水龙头下,用缓慢流出的凉水冲洗,使之冷却,至疼痛减轻为止,防止水疱形成,能有效解除烫伤的损伤程度。但如果水疱已经形成,在上面放置一块清洁的、无菌的纱布包扎固定,局部保护,避免进一步损伤,并

且迅速就医,注意不要把水疱弄破。

严重烧烫伤者,要帮其除去所有被开水、热油或腐蚀性化学制剂浸透的衣物。马上将烧烫伤部位浸泡在冷水中冷却,或用浸透冷水的毛巾、被单把烧烫伤处盖起来,但不要摩擦到皮肤。用清洁的、无绒毛的敷料松松地把伤口遮住,并尽快送往医院就诊。

苏洁 记者 李皖婷

# 吃完东西再去晒太阳也有可能过敏

## 专家提醒:春天谨防皮肤过敏

春天阳光明媚、百花盛开,许多市民纷纷外出郊游踏青。不过,过敏性体质的朋友可要小心了,因为一些会引起过敏的物质也会随着春风一起吹过来。据了解,省立医院皮肤科近日平均每天门诊量达三四百人次,其中不少病人是因为皮肤过敏前来就诊。

据该院皮肤科主任医师胡白介绍,春季有几类特殊的过敏,如花粉过敏、柳絮过敏、日光过敏等;还有食物过敏,如果吃了过敏食物,再去晒太阳就可能过敏。

过敏会有哪些常见症状?胡白指出,同一种东西会引起不同的过敏症状,同一个人也会发生不同的过敏反应,有的会打喷嚏、流鼻涕,有的会头痛、流泪,同时,皮肤上还会出现这些症状,比较多的像荨麻疹、日光性皮炎、毒性红斑,有的时候是丘疹,有的甚至肿胀,还淌水。

胡白提醒,皮肤一旦出现这些过敏问题,一定不要用热水烫,不要打肥皂洗,不要用洗面奶,可以用冷毛巾敷敷,可以缓

解症状。“不过如果过敏严重,还是建议还是去医院诊断一下。”

如何预防过敏?胡白建议:首先,生活要规律,劳累、紧张会引发或加重过敏;其次最好知道自己对什么过敏,做一个过敏源检测;再者,花多、草多的地方不要迎风站,要逆风站;最后,吃东西要注意,一些芹菜、野菜和有芳香味道的菜尽量少吃或者晚上吃,白天就不要吃了。

孙承伟 记者 李皖婷