

痔疮不一定是令人尴尬的问题

了解痔疮的成因和治疗方法

●●●原文LEDIATI TAN

你知道吗？痔核或俗称的痔疮其实是我们人体结构的一部分。“痔疮是位于我们的肛管内的‘血管衬垫’，有助于我们排便，”新加坡中央医院结直肠外科顾问医生王德庆说。可惜大众媒体经常错用‘痔核’和‘痔疮’这两个名词，使它们变成痔疾的代名词。

同时兼任新加坡中央医院肛肠超声波及生理学实验室主管的王医生说，痔疮只有在过度肿胀，导致出血、疼痛或从肛门突出等症状时，才会造成问题。



治疗方法要视情况而定，轻微的话则使用药物消除肿胀，严重的话可能得进行手术去切除多余的组织，或两者兼施。

新加坡中央医院结直肠外科顾问医生王德庆

这可能是由于排便、怀孕分娩甚至是严重腹泻（便秘会使情况更严重），过度用力并导致腹内压力一直持续增加，因而造成血管肿胀。

痔疮可以归类为内痔或外痔。内痔是因过度肿胀而突出体外，是真正的痔疮。外痔则是因为排便时用力过度而在肛门外形成的血块，这种情况较常见于25岁至50岁之间的人群，性别不拘。

至于孕妇，王医生说，当胎儿逐渐成长，它的重量会压在孕妇的盆



▲ 王德庆医生表示，让痔痔恢复正常位置是治疗的主要目的。

腔静脉上，分娩时，母亲因为必须用力地把胎儿推出来，所以才会引起痔疮肿胀的风险。不过庆幸的是，痔疮会像怀孕期间腿部肿胀的情况一样会慢慢消退。

王医生表示，让痔痔恢复正常位置是治疗的主要目的。“治疗方法要视情况而定，轻微的话则使用药物消除肿胀，严重的话可能得进行手术去切除多余的组织，或两者兼施。”

每种方法都各有优势。“为了达到最佳疗效，外科医生必须为每个患者选择最适当的疗法，再按患者的情况来调整，”王医生说。

同时，患者必须改掉容易引发症状的坏习惯，例如习惯性过度用力排便，或习惯性的呆坐在马桶上阅读或玩手机。患者每天也需要饮用足够的水分和摄取适量的纤维素，以预防硬便或避免动手术。

轻微性

症状轻微的患者可通过调节纤维素的摄取，包括水果、蔬菜和谷物的食用量，减轻症状。这是因为摄取过多或过少的纤维素，都可能导致硬便。医生也可能建议使用乳霜和软膏等药物。

治疗选择

持续性

如果痔疮持续出血或造成痛楚，就可能需要进行简单的治疗程序，包括：

▶ 用橡皮筋结扎痔疮

医生会在内痔的根部套上三条小型的橡皮筋，切断其血液供应。一个星期内，痔疮就会萎缩脱落。

▶ 硬化剂注射治疗

医生会把化学溶液注入痔疮组织内，使痔疮收缩。



严重性

在更严重的情况下，若侵入性疗法对痔疮起不了作用，就需要进行手术。这些手术通常是无需住院的日间手术，包括：

▶ 传统式痔切除术

通过开放式手术，切除多余的痔疮组织。

▶ 环状切除术

利用特殊的仪器，在肛门内切除多余的痔疮组织。

▶ 痔动脉结扎术

通过使用特定的超声波仪器，准确地识别痔血管的位置。然后把血管缝合起来，切断血液供应，减少肿胀和出血。