衛教編號:CRS-006

2009.07.30 訂 定
2020.12.31（5 審）
2023.06.10（6 修）

肛門常見疾患

一、前言：

痔瘡、肛裂、瘻管為肛門常見疾病，因隱私部位不好意思到醫院求治，導致病情延誤，尤其有大腸直腸癌家族病史者，更要謹慎。如有出現血便、肛門疼痛、解便不順暢，應儘早就醫，以早期診斷早期治療。

肛門疾患手術後，應維持肛門清潔，每次大小便後應沖洗乾淨患部(肛門)，溫水坐浴浸泡約 20 分鐘，每天至少 4 次，並且避免便秘及勞累，導致再發或引起疼痛。

全人智慧 醫療典範
愛心 品質 創新 當責

經大腸直腸外科護理專家檢視
臺中榮民總醫院護理部編印

二、肛門常見的疾病：

（一）痔瘡：因肛門長期用力不當，使肛門口內靜脈血管曲張、腫大，時間久了及壓力太大而變成內痔，或從肛門口脫出稱為外痔或者內外痔同時發生。

（二）肛裂：肛門口皮膚有裂傷或肛門出口處皮膚裂開叫做肛裂。

（三）瘻管:直腸與肛門周圍皮膚有相通管道，一端開口在肛門或直腸，另一端開口則在表皮。

三、症狀：

出血或肛門疼痛、腫脹、搔癢、肛門口潮濕感有分泌物，甚至形成膿瘍。

四、發生原因：

(一)常便秘或生活緊張、壓力大及久站(坐)或腹部壓力太大，使血管回流不佳，如肝硬化或懷孕婦女也常會發生痔瘡。

(二)排便過度用力使肛門裂傷，或因為腹瀉、發炎性大腸疾病所造成肛裂。

(三)肛門內腺體發炎或外傷、大腸疾病而形成瘻管。

五、治療：

（一）痔瘡：

無症狀者無需治療，輕微者採飲食或藥物控制，若症狀嚴重則需進行手術治療。

1. 飲食治療：建議多吃蔬菜、水果等，以養成正常解便習慣。
2. 藥物治療：飲食治療後仍有便秘產生，可建議軟便藥使用，肛門口病灶處可塗抹藥膏、溫水坐浴以減緩疼痛不適感。
3. 注射療法:醫生將藥物注入痔核內,使其收縮結疤，對出血性內痔效果佳。
4. 結紮法:針對內痔脫出或出血,用細小特殊的小橡皮圈結紮，橡皮筋或環放置在內痔的底部周圍，由於血液供應受到限制，痔瘡會在幾天內縮小和退化。
5. 手術療法:分痔瘡切除術和肛門整形術,術後仍需配合適當飲食及養成良好的排便習慣，避免復發。

(二)肛裂：

在急性期發作時可使用軟便藥或輕瀉劑，需要時可使用止痛劑，飲食多採蔬菜、水果，配合溫水坐浴或病灶處塗抹藥膏，若無法改善則需手術治療。

(三)瘻管：建議手術切開治療。

六、居家照顧:

（一） 避免久站、久坐、久蹲及坐馬桶時看書報。

（二） 養成定時排便習慣。

（三） 預防便秘:多攝取含纖維的食物，如:水果、蔬菜，多喝水，每日攝取 2-3 公升液體，規律運動，避免便秘。

（四） 保持肛門處清潔乾燥,在便後用水沖洗肛門。

（五） 避免熬夜、過度勞累、喝酒或吃辣椒等刺激性的食物，易引發疼痛。

（六） 溫水坐浴或沖洗可促進肛門周圍血液循環，消腫、止痛。方法：以臉盆或坐浴盆(圖一)裝溫水 1/2 至 2/3 滿，溫度約 38 至 43 度，不要在水中添加肥皂、泡泡浴或其他添加

劑，將患部浸泡約 10 至 20 分鐘，每天至少 2 至 4 次，排便後須增加溫水坐浴或沖洗。

圖一　坐浴盆

（七） 出現便後出血或痔瘡脫出，須在坐浴後臥床休息。

（八） 配合醫師指示局部使用軟膏、栓劑及軟便劑。

（九） 定期門診追蹤檢查。

七、參考資料:

劉佑碩(2020)．肛門瘻管-臨床表現與治療現況．*臨床醫學，85*(3)，140-142。 https://doi.org/10.6666/ClinMed.202003_85(3).0026

Gardner, I. H., Siddharthan, R. V., Tsikitis, V. L.(2020). Benign anorectal disease: Hemorrhoids, fissures, and fistulas. *Annals of Gastroenter -ology*, *33*(1), 9-18. https://doi.org/10.20524/aog.2019.0438

Lin, C. Y., Chen, Y. H., Chang, M. C., Wang, J. H., Hsu, S. W., Wu, C. C., & Lee, M. H.(2020). Postoperative management with wound irrigation in large perianal abscesses: A case series study. *The Journal of Society of Colon and Rectal Surgeons (Taiwan), 31*(1), 26-31. https://doi.org/10.6312/SCRSTW.202003_31(1).10821

讓我們來進行測驗，以確認您已充分了解

1. 肛門常見疾患症狀包含:出血或肛門疼痛、腫脹、搔癢、肛門口潮濕感有分泌物，甚至形成膿瘍。

○是　○否　○不知道

2.術後應預防便秘，須多攝取含纖維的食物，如:水果、蔬菜，多喝水，每日攝取 2-3 公升液體，規律運動，避免便秘。

○是　○否　○不知道

3.術後可以不用養成定時排便習慣。

○是　○否　○不知道

4.術後溫水坐浴或沖洗可促進肛門周圍血液循環、消腫、止痛。

○是　○否　○不知道

5.應避免熬夜、過度勞累、喝酒或吃辣椒等刺激性的食物，易引發疼痛。

○是　○否　○不知道