

“洗肠”对预防肛肠疾病无明显意义



本期专家 李明

从事肛肠专业临床、教学、科研10余年，专长于肛肠科常见疾病痔、肛瘘、肛裂、结直肠肿瘤、溃疡性结肠炎的诊断与治疗，以及电子结肠镜下的诊断与治疗；在省率先开展外科手术治疗功能型便秘获得良好疗效。

秋风习习，秋意渐浓，伴随着渐冷的天气，气候也变得越来越干燥。很多患者由于职业原因，比如教师、公司白领，长期久站或久坐，痔疮之痛成为难言之隐。那么，究竟秋季怎么预防痔疮？肛瘘怎么防治？10月18日上午9:30-10:30，安徽省中医院肛肠三科主任、副主任医师李明接听热线，为您解答。

■张依帆 陈直淼 记者 李皖婷/文 倪路/图

天气干燥、饮食习惯等易诱发肛肠疾病

读者：秋季为什么易发肛肠疾病？

李明：(1)天气原因：由于气候干燥，人体水分极易蒸发，再加上饮水不足，人体容易缺水，大便比平时干硬，造成排便困难。(2)饮食原因：许多肛肠疾病都是由饮食不周所导致。天气转凉，很多人爱吃辛辣刺激食物如火锅等，以为可以“取暖”，其实这已为肛肠疾病埋下隐患。这些都会导致肠道节律性运动改变及消化功能紊乱，刺激肛门进而导致肛肠疾病发生。(3)作息原因：双节小长假等，作息无规律，通宵熬夜娱乐；天气变冷，早晚温差大，也缺乏适当的锻炼。

很多疾病都会导致便血

读者：便血常见于哪些疾病？

李明：(1)内痔便血：无痛性便血，色鲜红、量不等，或滴血，或喷血，伴有痔块脱出，多无肛门疼痛(2)肛裂便血：便后手纸擦时带血，量较少，伴有便后肛门呈刀割样疼痛，剧烈难忍，平素有便秘、大便干燥史。(3)直肠息肉便血：多见小儿。无痛便血，色紫暗，带蒂低位息肉可脱出，呈桑葚状，粉红色。(4)溃疡性结肠炎便血：多有腹痛、腹泻，重者脓血便或水样便，大便次数多，伴有便意或里急后重，偶有恶心、呕吐、上腹部不适、发热等症状。(5)直肠癌便血：起初与痔相似，晚期为脓血便，不全梗阻症状。

并非所有的痔疮都要手术治疗

读者：得了痔疮怎么治？什么情况下需要手术？

李明：(1)一般治疗：多饮水，多进食膳食纤维，保持大便通畅，防止便秘和腹泻，温热坐浴，保持会阴清洁等。(2)非手术治疗：一、二期内痔以非手术治疗为主，包括局部用药(栓剂、软膏、洗剂等)以及改善局部血管丛静脉张力的口服药，硬化剂注射治疗及各种物理疗法。(3)手术治疗：适用于三、四期内痔、混合痔及包括外痔血栓形成或血肿在内的非手术治疗无效者。包括传统手术、PPH术等出现以下情况建议手术治疗：(1)反复大量出血；(2)出血虽不多，但每次排便都出血、持续时间长；(3)反复发生痔核脱出嵌顿、伴剧烈疼痛；(4)排便时剧痛，影响排便；(5)重度内痔，排便、走路、下蹲时痔核即脱出；(6)外痔症状加重，皮赘增大，有明显疼痛、红肿、瘙痒者；(7)痔经常肿痛，糜烂渗液，影响生活或工作者。

便秘别轻易吃泻药

读者：便秘了能经常吃泻药吗？

李明：泻药滥用可以导致大量腹泻和出现急性水电解质紊乱，还会造成钙和维生素的丢失，导致体内钙和维生素的缺乏。要依据病情，合理选择，做到缓解排便，同时无不良反应。

“洗肠”对预防肛肠疾病无明显意义

读者：“洗肠”可以预防肛肠疾病吗？

李明：大肠水疗俗称“洗肠”，利用过滤加湿过的清水，以一定压力通过肛门注入肠腔，帮助大肠蠕动，清除肠腔内容物，达到清洁肠道目的。优点显而易见，但不主张正常人过度进行水疗。频繁的大肠水疗，易破坏人体的内环境，容易引起肠道菌群失调，导致肠道功能紊乱，引起腹部胀气、腹泻等症状，并且对预防肛肠疾病无明显意义。有时可因管子造成肠壁损伤，甚至穿破肠道的危险性，若没有严重的结肠功能不健全的情况，尽量不要为瘦身而“洗肠”。健康人不提倡经常做。

医疗新闻

我省9月近9000人患上手足口病

记者昨日从省卫生计生委获悉，9月全省共报告法定传染病25种30880例，无甲类传染病发病、死亡报告。

乙类传染病中除新生儿破伤风、炭疽、人感染高致病性禽流感、人感染H7N9禽流感、脊髓灰质炎、登革热、传染性非典型肺炎、白喉无发病、死亡病例报告外，其余18种乙类传染病共报告11741例，死亡42例。报告发病数居前五位病种依次为病毒性肝炎、肺结核、梅毒、痢疾、淋病，占乙类传染病报告发病总数的97.99%，其中手足口病有8988人发病。

丙类传染病中除丝虫病、麻风病、黑热病、包虫病无发病和死亡报告外，共报告7种19139例，死亡1例。报告发病数居前三位病种依次为手足口病、其他感染性腹泻病、流行性感冒，占丙类传染病报告发病总数的95.71%。

■陈旭 记者 李皖婷

合肥新添一家高端养老院

2016年10月18日上午，振亚养老在滨湖区隆重举办了合肥振亚养老滨湖品牌院发布会，郑重宣布振亚养老自主设计打造的高端养老品牌院——合肥市滨湖振亚银龄之家闪亮登场。

此次发布会以“振亚养老品牌院，打造银龄五星级的家”为主题，分为“合肥市包河区振亚颐养长者照护中心揭牌”、“《孝行天下》杂志安徽工作站揭牌”、“银龄之家突出贡献颁奖仪式”等核心内容，充分展现了合肥市滨湖振亚银龄之家硬件高端、软件高雅、环境优美、专业团队服务的核心优势。滨湖振亚银龄之家的落成，将改变我省中高端养老服务产业格局，对推动我省养老服务业朝着高端化、品牌化、现代化方向发展，具有里程碑式的意义。

■邹传科

下期预告

得了消化道肿瘤，该怎么办？

消化道肿瘤需要做哪些检查？消化道肿瘤的早期症状有哪些？总是消化不良该怎么办？下周二(10月25日)上午9:30-10:30，本报健康热线0551-62623752，安徽省肿瘤医院肿瘤内二科主治医师刘亚贝将为大家答疑解惑。

刘亚贝，第二军医大学消化内科硕士，现为安徽省肿瘤医院肿瘤内二科(消化道肿瘤专科)主治医师，目前任安徽省抗癌协会理事、安徽省抗癌协会肿瘤介入专业委员会常委。

■崔媛媛 记者 李皖婷

一周病情报告

秋季合理饮食，远离消化不良

随着天气逐渐转凉，因胃部不适前来医院就诊的患者逐渐增多，合肥市一院消化内科彭琼主任提醒市民，秋季早晚温差大，市民要注意胃部的保暖，胃部受凉后会使得胃的功能受损，加上平时饮食不规律，暴饮暴食、烟酒刺激、缺乏运动，容易导致胃动力障碍，引起消化不良等胃病。

在秋季如何科学预防消化不良，合理安排饮食结构，

专家给市民支招：在饮食上要特别注意平衡科学的进食，少吃油炸、刺激、生冷的食物，以清淡为佳。进食时，要细嚼慢咽，有益于胃的消化吸收。平时应保证充足的睡眠，保持心情舒畅。另外，经常去户外活动，多参加体育锻炼可以增强身体热量的消耗，尽快消除不适症状。

■苏洁 记者 李皖婷

两岁男孩误服灭鼠药患上癫痫

三岁的晨晨(化名)这两天特别开心，他一直问妈妈，自己出院后是不是就可以上幼儿园了。原来，晨晨一年前因为误服灭鼠药患上癫痫，吃药也控制不住，所以一直没能去幼儿园。日前在省立医院，医生在他的胸部放了一个只有14克的刺激器，开启之后就能减少或控制癫痫发作。据了解，这也是全省首例国产迷走神经刺激系统

植入手术。据了解，整个手术只花费了1小时30分钟。手术后两周，医生会将刺激器开启，通过间断的电刺激迷走神经并反馈影响脑内的神经环路，从而抑制癫痫放电，达到减少或控制癫痫发作的目的。医生建议，孩子若患上癫痫，首先应在医生的指导下进行治疗，在家中坚持按时服药。

■钱若兵 孙承伟 记者 李皖婷

合肥新生儿筛查发现一例罕见病

发病率接近十万分之一

记者昨日从合肥市妇幼保健所获悉，今年9月合肥市妇幼保健所新生儿疾病筛查中心通过串联质谱技术筛查、确诊出一例肝胆汁淤积症的新生儿。该病是一种罕见病，发病率一般在1/8万~1/10万，患儿多以迟发、复发或迁延性黄疸就诊。据了解，这是合肥市新筛中心确

诊的首例尿素循环障碍性疾病。今年以来，合肥通过新生儿串联质谱筛查技术共筛查出各类氨基酸、有机酸、脂肪酸、尿素循环障碍性疾病20例，均得到了及时有效的干预和治疗。

■胡海利 高航 记者 李皖婷