

2009年中医执业医师外科辅导：中医传统验方治疗痔疮中医执业医师考试 PDF转换可能丢失图片或格式，建议阅读原文https://www.100test.com/kao_ti2020/645/2021_2022_2009_E5_B9_B4_E4_B8_AD_c22_645196.htm 常言道：“十人九痔”，痔疮是肛肠科的常见病，其主要表现有疼痛，行走不便，坐立不安，肛门瘙痒，便血，下坠或异物感等。痔疮主要是由直肠上下静脉压力增高，回流不畅，血液瘀积所致。一般分为内痔、外痔、混合痔三种。中医认为痔疮的病因主要有三：一是饮食偏嗜、过食辛辣。二是久坐久立、负重远行。三是泄泻、妊娠、分娩等使湿热内生、肛门气血不畅。此外，痔疮的复发与便秘有很大关系。特别是当气候干燥时，人体的皮肤黏膜抵抗力减弱、弹性与韧性降低，稍不留意就容易发生便秘而诱发痔疮。痔疮病人由于局部皮肤、黏膜、血管已发生病理性改变，如不注意防护，还容易并发肛裂等。专家指出，痔疮患者在保健过程中应注意以下几个方面：1.合理饮食是关键 凡辛辣刺激的食物，如榨菜、辣椒、辣酱、生姜、大葱、蒜头、茴香等，痔疮病人应少吃或尽量不吃。多吃些蔬菜水果，多喝开水或喝有通便作用的饮料，便干难解者可以番泻叶泡水代茶饮。痔疮术后，病人饮食宜清淡，少吃油腻过重或熏煎食品，不吸烟，不喝酒，不管是黄酒、白酒，还是啤酒，都属禁忌之列。饮食最好定时定量，饭吃八分饱，不能暴饮暴食、饥饱不均，以防肠胃道功能紊乱。2.排便习惯很重要 生活规律，情绪稳定，养成良好的大便习惯，保持大便通畅，防止便秘或泄泻。大便时间不宜过长，便时看书读报的不良习惯要改变。便后用温盐水清洗肛门，改善局部血液循环，此外为防痔病，提倡坐便，因蹲的排便姿势容

易诱发痔疮以致脱肛。痔疮病人有习惯性便秘时，每日清晨可空腹饮用1~2杯蜂蜜水或淡盐水，或睡前饮1杯酸牛奶，对软化大便有一定疗效。

3.适当运动不可少 适当运动，注意改变体位。除做操，打拳之类全身性的体育锻炼外，还需加强局部的功能锻炼，如肛门收缩运动，又称“提肛”，即自我调整括约肌，收缩、放松肛门，一收一放，每次50下，约3分钟，每日1至两次，随时随地都可做。长期从事久坐、久站、久蹲工作的人，要适当改变体位，定时活动下肢和臀部肌肉，力求劳逸适度，动静适宜。

4.会阴卫生保持好 肛门不洁，容易引起局部发炎、水肿，导致病情加重，增加患者痛苦。患者应注意：便后不要用不清洁或过于粗糙的手纸揩拭肛门；注意勤洗下身，勤换内裤；应穿棉织品内裤，以利透气及吸收局部分泌物；经常保持肛门周围的清洁卫生，便后用温水或1：5000高锰酸钾溶液清洗干净。坐浴及熏洗肛门是有效的防治方法，既清洁肛门，又改善局部血液循环，痔疮患者应经常以热水熏洗、坐浴肛门，然后再涂些油脂或痔疮软膏，使病灶润滑，防止干燥。

5.及时治疗效果好 患有高血压、动脉硬化、肝硬化、心脏病、腹腔肿瘤等容易诱发痔疮的病人，要及时治疗原发病，避免病上加病。痔疮病人还可酌情选用以下中医便秘的传统验方：（1）核桃仁60克，黑芝麻30克，共捣烂，每日早晚各服一匙，温开水送下，长期便秘者，连续服用有效。（2）芝麻、核桃仁、柏子仁各25克，共捣烂加蜂蜜适量调服，早晚空腹各一次。（3）梨1个，郁李仁20克，冰糖2克，放入碗内加水适量，蒸熟食用，每晚睡前服用，有通便作用。

更多信息请访问：百考试题医师网校 医师论坛 医师在线题库 百考试题执业医师技能加入收藏相关推

荐：2009年中医执业医师外科辅导：治疗牙疼分寒热 2009年
中医执业医师外科辅导：中医外用治疔子 100Test 下载频道开
通，各类考试题目直接下载。详细请访问 www.100test.com