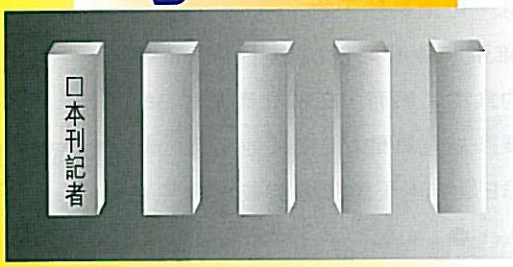
坐立皆安 有賴痔瘡藥



我是一顆小小小痔瘡。

我生長在人類的肛門內，若長得大會使患者感到疼痛難受，因而坐立不安。

也許我是在「敏感部位」的關係，很多受困擾的人都敢怒不敢言，有苦自己知。

其實我只是疾病的其中一種，有什麼難以啟齒的呢？看你們怪可憐的，我不妨慷慨一點，介紹你們認識我的敵人，你們的救星——痔瘡藥吧！

痔瘡絕對是人們忌諱的疾病之一，因為它生不逢處，令人感到尷尬難受。其實痔瘡就如普通的傷風感冒，是普通的疾病，男女都會患上，我們應摒棄「生痔瘡見不得人」的觀念，正面去面對。

痔瘡的生長過程

一般香港人都會常患上痔瘡，尤其是25歲以上的人、便秘患者、肥胖人士、孕婦、肝病患者、腸胃病患者和年紀大的男性。

痔瘡是由人體肛門壁內的靜脈曲張引致。當血液循環時，位於較低位置的肛門壁內的靜脈血管要承受血液回流的壓力，容易擴

張，在受壓過大時，便會形成痔瘡。

痔瘡分內痔和外痔。內痔在直腸內，難於發覺，待日子長了，便會下垂或環繞在肛門外，呈鮮紅色，會出血但不疼痛。外痔則長於直腸外，會變硬和腫脹，產生疼痛，使人坐立不安，情況嚴重便需要施手術。

消除痔瘡藥物

一般普通的痔瘡，可自行購買痔瘡藥來治療。痔瘡藥的主要種類有：

種　類	功　效
通便藥(Laxatives) ***刺激性通便藥*** 如：番瀉藥(Senna)及 Bisacodyl ***發漲通便藥*** 如：Isphagula, Psyllium	幫助排便
收斂劑(Astringents) 如：Bismuth, Zinc Oxide, Aluminium Acetate	收縮痔瘡，降低感染細菌的機會
類固醇藥物 (Topical Corticosteroide) 如：軟膏、肛栓劑	消炎止癢
輕度局部麻醉藥 (Mild Local Anaesthetics) 如：Lignocaine	麻醉止痛

口服藥

痔瘡藥又有口服、藥膏和藥塞之分。通常內痔患者宜用藥塞，外痔患者宜用藥膏。痔瘡非嚴重疾病，一般不需特別治理；若出現出血、下垂、脫肛等情況才需治療，或做小手術。

痔瘡藥並無副作用，只有對此藥敏感人士才不適用。

患痔瘡其實也不過是患病，絕非見不得光，患者也不必因此而閃閃縮縮，尷尷尬尬；最緊要是對症下藥，改善生活習慣，自然能藥到「瘡」除。

預防痔瘡不再尷尬

所謂預防勝於治療，若不想患上痔瘡引來尷尬不安，便要留意以下預防方法了。

1. 多吃高纖維食物，如麵飽、蔬菜等，少吃鹽分、高飽和脂肪食物，如肉類、煎炸食物等。
2. 防止便秘，多喝水；安眠藥和止痛丸也可能會導致便秘，服用時要加倍小心。
3. 保持肛門四周衛生清潔，穿棉質內褲較佳。假如不幸患上痔瘡更應注意個人衛生，以免進一步感染及惡化。
4. 不吸煙飲酒。
5. 不久坐、久站。

資料提供：香港執業藥劑師協會