

# 痔瘡後顧有憂

主講者：廖桂聲中西醫師

廖桂聲中醫診所 [www.lkscmc.com.tw](http://www.lkscmc.com.tw)

天氣酷熱之際，門診痔瘡病患有增多趨勢，痔瘡是一種常見而普遍的大腸肛門疾病，但並非只有男性易患此病，女性亦然，甚至有過之而無不及。痔瘡常因排便時，夾雜著鮮紅的血，所以，傳統醫學名為「痔漏」。痔瘡的英文為「Hemorrhoids」乃源自於希臘文字，其原意則為血流之意，說明了痔瘡的症狀，常伴隨下血的情形，痔瘡排便下血的情形，自古有之，非今人尤甚也。痔瘡的發作，常因長時間的久站或久坐而引發，例如，辦公人員或專櫃小姐都是好發的族群，飲食不正常或愛吃刺激性食物，如麻辣火鍋、麻油雞酒、燒酒雞、羊肉爐等辛辣又高能量食物，除導致胃腸發炎造成腹瀉，以致痔瘡因而嚴重發作。也有許多人常便秘，造成大便燥結，又少喝水且不愛運動，胃腸蠕動緩慢，也容易形成痔瘡。根據臨床統計，長期腹瀉的人，約有兩成會罹患痔瘡。所以，不只是便秘的人，才會罹患痔瘡。痔瘡亦常因胃腸感染，導致肛門靜脈瓣發炎而形成紅腫熱痛的痔核，並且痔瘡亦會隨著年齡的增長而增加，因此老化，亦會造成血循不良，抵抗力下降，痔瘡的形成也因而更多。

痔瘡可分成外痔與內痔，還有混合痔。在肛門部位裡面，直腸粘膜與外面皮膚交接處，有如齒狀物的結構，名為「齒狀線」，在此線之外長出的痔瘡叫外痔，在此線之內長出的痔瘡叫內痔，若兩者皆有則名為混合痔。許多人的痔瘡常合併一些症狀，例如，疼痛、發癢，內褲沾有黏液，有時會造成肛門靜脈瓣的嚴重發炎，而有硬塊的劇痛感，甚至亦有脫肛的情形發生。

痔瘡因症狀可分成四個階段，第一階段，一般的痔瘡流血。第二階段，痔瘡掉出來，可以用手推回去。第三階段，痔瘡雖用手推回去了，但還是再掉出來。第四階段，痔瘡長期掉在外面，就算是推回去，也是沒用。因此，痔瘡在第三或第四階段，並非內科療法可以有效解決，應以外科手術處理才可以斷除禍根。

## 黃土湯釋義

在約兩千年前的《傷寒雜病論》就已提到痔瘡便血的症狀，《金匱要略十二-13》：「下血，先便後血，此遠血也，黃土湯主之。下血，先血後便，此近血也，赤小豆當歸散主之。」《醫宗金鑑》註解此條文：「先便後血，此遠血也，謂血在胃也，即古之所謂結陰，今之所謂便血也。先血後便，此近血也，謂血在腸也。一用黃土湯，以治結陰之血，從溫也。一用赤小豆當歸散，以治臟毒之血，從清也。」前人的註解，雖咬文嚼字，說的頭頭是道，其實嚴格來說，真的還是一盲引眾盲的胡說八道，亂蓋一通。當然，基於時空背景，前賢沒有今日病理學與生理學的基礎，只能憑空臆測，我們不應苛責，但今日的传统醫學

者，亦毫不質疑，不思糾正，就是太對不起自己與周遭的親朋好友及以後的子子孫孫。

《金匱要略十二-13》：「下血，先便後血，此遠血也，黃土湯主之。下血，先血後便，此近血也，赤小豆當歸散主之。」

「黃土湯」的組成有「灶心黃土、乾地黃、阿膠、黃芩、甘草、白朮、附子」共七味藥。「赤小豆當歸散」的組成有「赤小豆、當歸」共兩味藥。在「黃土湯」的組成之中，可以很清楚看到「藥食同源」，但也可以很清楚看到「藥食大雜燴」，何以見得呢？本方名為「黃土湯」，當然，又是因殘篇斷簡，後人錯置而將錯就錯也，害得後世醫學者，不明究理就信以為真。

「灶心黃土」又名為「伏龍肝」，許多傳統醫書據此條文，莫名其妙就以為其有止血之功，有經驗的臨床實證者，則嗤之以鼻，「灶心黃土」只是一般的黃土，經過火燒之後，形成淺紅色的一般礦物質而已，但因其淺紅色，名為「伏龍肝」，亦猶如沒有牙齒的紙老虎，中看不中用，只是名字取得好聽而已，至於其功效，不需把它神化誇大，具有消炎止血之功。在瓦斯還沒普遍之前，一般人家的廚房，燒飯煮菜，都是用大灶，燃料亦都以木材為主，所以，「灶心黃土」多的是，若真有止血作用，在民間就會很快的留傳下來，所以，「灶心黃土」，若有消炎止血之功，豈不令人質疑也！

#### 赤小豆當歸散釋義

但也因為這個「灶」，令我們更加確認了方中的許多藥材，事實上，都是廚房常用的膳食或芳香的調味佐料，例如，「赤小豆當歸散」中的「赤小豆」，即為紅豆，在紅豆中選取比較小的紅豆，即為「赤小豆」。坊間的紅豆湯、紅豆餅，都證明了「赤小豆」，確是廚房常用的膳食，亦無出神入化之功，所以，「赤小豆」雖營養可口，但用來消炎止血，也未免誇大其詞，悖離事實。

「當歸」亦具有特殊的芳香味，其味辛辣，亦是廚房的最佳芳香佐料，故《金匱要略》的「當歸生薑羊肉湯」，事實上，無法治「腹中痛」，反而由此可見「當歸生薑」，亦都是廚房常用的芳香佐料，其最主要的作用，是用來壓抑羊肉的腥羶味並且令羊肉湯更有一番特別的芳香味。

「當歸」其味辛香，其精油亦富含致發炎物質，若是用於佐料，只要小劑量的幾片「當歸」，即可滿室生香，若是使用太多的劑量，其味濃濁，反而弄巧成拙，又因其富含致發炎物質，吃多了亦會造成身體不適。「當歸」根本無補血之功，若用來作為芳香的調味佐料，則物盡其用。所以，許多的女性吃了「四物湯」以後，會導致口乾舌燥，喉嚨痛，胃腸炎，即為明證。因此，把「當歸」用來治病，實在害人害己！

「黃土湯」中的「地黃」，才真有補血之功，就如同「四物湯」，其方中的藥物，亦只有「地黃」，有補血之功。「地黃」亦有些許的消炎之功，更有豐富的修復作用。「黃土湯」中的「阿膠」，乃驢皮所製，傳統醫書記載，其有「補血潤肺」之功，亦源自於此。其實，「阿膠」也是廚房常用的佐料，就如同廚房中常用的

沙拉油，豬油一樣，若添加在湯中，有滑潤易於入口下嚥的作用，若不懂事理，卻又誇大其療效，就是食古不化了！

《醫宗金鑑》的註解：「黃土湯以治結陰之血，從溫也。」此註解的觀點，誤認為下血的症狀，是一種「寒症」，故其治法乃「從溫也」，此說乃因「黃土湯」中的「附子」，自古即被視為大熱之藥，事實上，「附子」服後的熱感，並不如「生薑、乾薑、桂枝 &等」，反而服後，口腔會有麻麻的感覺及暈眩的症狀，乃因「附子」含有烏頭鹼，故服後，會有中毒的現象，更何況下血的症狀，是一種發炎的現象，會產生紅腫熱痛的症狀，是一種「熱症」而非「寒症」。故「黃土湯」中的「黃芩」，具有消炎修復的作用，若運用於下血的發炎現象，才是對症的有效之藥。

預防重於治療

「新漢醫學」深知《傷寒雜病論》的精髓，選用「科學精製漢藥」的黃芩，甘草，知母，黃連，大黃及「苦參圓」，來對治痔瘡的下血症狀，將可過關斬將，亦可使沉痾大疾獲得救贖。所以，前賢為傳統醫學，畫下了許多令人不解的人為疆界，並在這些疆界上構築出無數虛妄而無謂的虛論，當這些虛論塞滿醫學者視聽空間的時候，還真會讓人錯以為這就是傳統醫學的一切真理，然而，當我們仔細品味閱讀《傷寒雜病論》的條文時，若能見微知著，明察秋毫，用一般的常識及理性，可能在稍許回神之間，《傷寒雜病論》裡面還真的珍藏著許多珍寶，等待我們去挖掘，紀錄，創新，守護，傳承病且發揚光大，所以，《傷寒雜病論》的精髓，不在於條文與虛論，而在其字裡行間的隻字片語，這才是最偉大的驚世珍寶！

臨床所見，初期內痔服藥或可有效，倘若內痔（晚期）已成脫肛嚴重，則應以外科手術法配合，可保一勞永逸。近年來醫界認為，痔瘡應該是「與生俱來」的，是一種血管性肉墊，由許多毛細血管靜脈叢及彈性纖維結締組織組成，覆蓋於肛門管，故「防重於治」才是維修痔瘡之道。

一、

飲食中，儘量避免或少食富有刺激性如煙、酒、咖哩、辣椒及過多炸煎燥熱性食物及「上火的水果」如荔枝、龍眼肉、釋迦、榴槤等。

二、

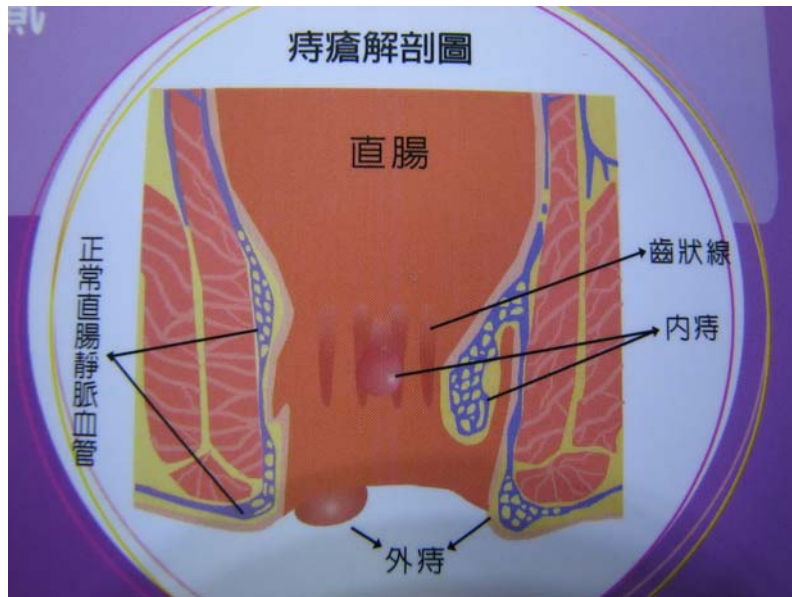
飲食多攝取高纖維性食物如綠色蔬菜類 地瓜葉、紅鳳菜，避免糞便太硬、太乾燥或便秘。

三、

不可過於久坐、久站、久蹲及熬夜晚睡，多做散步或走動，促進血液循環，舒暢痔瘡患部。

四、

痔瘡初期對精神壓力如害怕疼痛、流血、顧慮某些癌症或最大的問題是手術後疼痛、術後是否會失禁，有關問題仍得趕緊到醫院求助專業醫師，越早治療才是上策。



痔瘡的分類	內痔：是指內痔靜脈叢擴張，發生於 <b>肛門內齒狀線</b> 以上
第一度	痔核膨出在肛管內，只有肛門血管出血，但無脫垂的現象。
第二度	痔核可 <b>自動縮回</b> ；發生在解大便時。
第三度	痔核需 <b>用手推回</b> ；嚴重一點的，只要一用力或過度疲勞就會發生。
第四度	痔核脫出是 <b>永久性的</b> 無法推回；會主訴有直腸飽脹感。

### 痔瘡的誘因：

1. 懷孕
2. 遺傳
3. 便秘或腹瀉
4. 長久站立或端坐姿勢
5. 門脈高壓（肝硬化）

6. 飲食習慣改變
7. 運動量不足

## 痔瘡因濕熱、燥熱內生致血流鬱積而生

**台灣新生報** 更新日期:2011/03/24 00:17 【記者李叔霖／台北報導】

痔瘡為常見的毛病，症狀嚴重者甚至可能會坐也坐不住。[台北市立聯合醫院仁愛院區中醫科醫師廖桂聲](#)表示，傳統中醫認為，痔瘡為濕熱下注、燥熱內生，以致於造成經絡阻滯，血液四流鬱積，肛門發生腫脹誘發痔瘡。

廖醫師指出，痔瘡為常見而普遍的大腸肛門疾病，排便時往往夾雜著鮮紅的血液，傳統中醫稱為「痔漏」，這種伴隨排便下血的情形，從以前就有，但現代人常因長時間的久站或久坐而誘發，尤其是辦公人員或專櫃小姐都是好發一族，加上飲食沒節制，可能會更嚴重。

廖桂聲醫師進一步指出，有些人飲食習慣不正常，或是愛吃刺激性的食物，像是麻辣火鍋、羊肉爐、麻油雞酒、燒酒雞等辛辣又高能量的食物，吃太多易導致胃腸發炎造成腹瀉，痔瘡發作。也有些人經常便秘，以致於大便燥結，加上少喝水又不愛運動，以致胃腸蠕動緩慢，最後也會誘發痔瘡。

值得注意的是，根據臨床統計，長期腹瀉的人，大約有兩成容易罹患痔瘡。所以，不是只有便秘的人才會患有痔瘡。事實上，形成痔瘡的原因不只一種，例如胃腸感染、老化造成血液循環不良等也可能是誘發因素之一。痔瘡可分成外痔、內痔，甚至還有混合痔。

傳統複方有清熱解毒、活血化瘀、去腐生肌等作用，有助於消腫、止血、止痛、促進傷口癒合等，但就臨床所見，初期內痔服藥或可有效，倘若內痔到了晚期已成嚴重脫肛者，建議應以外科手術配合治療，才能消除惱人的痔瘡。

**預防重於治療 中醫治療痔瘡宜選用黃芩、甘草、知母、黃連、大黃與及苦參圓**

**台北市立聯合醫院仁愛院區 中西醫師廖桂聲**

日常生活宜注意避免菸、酒，少食咖哩、辣椒及過多炸煎燥熱性食物及上火水果，如荔枝、龍眼肉、釋迦、榴槤等。飲食多攝取高纖維性類，地瓜葉、紅鳳菜等，避免糞便太硬、太乾燥或便秘。不可久坐、久站、久蹲及熬夜晚睡，多做散步或走動，促進血液循環，舒暢痔瘡的大腸肛門疾病，並非只有男性易患此病，許多女性亦然。痔瘡常因排便時，夾雜著鮮紅的血，所以傳統醫學名為「痔漏」，

「Hemorrhoid」源自於希臘文，原意為血流之意，更說明痔瘡常伴隨下血，自古有之，非今人尤甚也。

，常因長時間久站或久坐而引發，辦公人員或專櫃小姐都是好發族群，飲食不正常或愛吃刺激性食物，如麻辣火鍋、麻油雞，易導致胃腸發炎造成腹瀉，以致痔瘡嚴重發作。又有許多人常便秘，造成大便燥結，又少喝水且不愛運動，導致胃腸蠕動易形成痔瘡。

的人才會罹患痔瘡，根據臨床統計，長期腹瀉的人，約兩成罹患痔瘡。事實上，痔瘡亦常因胃腸感染，導致肛門靜脈瓣發炎熱痛的痔核，痔瘡隨年齡增長而增加，老化亦會造成血循不良，抵抗力下降，形成痔瘡。

外痔與內痔，還有混合痔。在肛門部位裡面，有直腸粘膜與外面皮膚的交接處，有如齒狀物的結構，名為齒狀線，在此線外外痔，此線內長出痔瘡叫內痔，兩者皆有則名為混合痔。

痔瘡常合併一些症狀，例如疼痛、發癢，內褲沾有黏液，有時會造成肛門靜脈瓣的嚴重發炎，而有硬塊的劇痛感，甚至亦有脫肛發生。

四個階段：1. 一般的痔瘡流血、2. 痔瘡若掉出來，可以用手推回去、3. 痔瘡雖用手推回去了，但還是再掉出來、4. 痔瘡長期無法推回去。痔瘡在第3或第4階段，並非內科療法可有效解決，外科手術才可以斷除禍根。

致濕熱下注，燥熱內生，以致經絡阻滯（尤其是肝經環繞陰器），使血液四流鬱積而易發生肛門發生腫脹，誘發痔瘡。中藥血化瘀，祛腐生肌之功能，均能收到消腫、止血、止痛、促進傷口癒合之功效，可選用黃芩、甘草、知母、黃連、大黃與及苦

但臨床所見，初期內痔服藥或可有效，倘若內痔已成脫肛嚴重，則應以外科手術配合。

建，非常重要。近年來醫界認為，痔瘡應是「與生俱來」的，是一種血管性肉墊，由許多毛細血管靜脈叢及彈性纖維結締組織於肛門管，故「防重於治」，是維修痔瘡之道。

注意避免菸、酒，少食咖哩、辣椒及過多炸煎燥熱性食物及上火水果，如荔枝、龍眼肉、釋迦、榴槤等。飲食多攝取高纖維，地瓜葉、紅鳳菜等，避免糞便太硬、太乾燥或便秘。不可久坐、久站、久蹲及熬夜晚睡，多做散步或走動，促進血液循環患部。

常造成精神壓力，如害怕疼痛、流血、顧慮某些癌症或擔心術後疼痛，術後失禁等，建議趕緊到醫院求助專業，及早治療，才

## 產後痔瘡 吃七穀粥補氣血、潤燥滑腸

婦女產後常有痔瘡的困擾。中西醫師廖桂聲表示，婦女長痔瘡和妊娠有很密切的關係，因為在妊娠期間，骨盆腔內靜脈叢會充血，加上子宮脹大後壓迫到下腔靜脈，進而導致血液循環變差，若孕婦生產時太過用力，促使靜脈內血液鬱積，最後痔瘡就跟著上身。保健可多吃七穀粥，能補氣補血，潤燥滑腸。

廖醫師指出，只要是小肉突出者都可稱為「痔」，所以長在肛門者就稱為「痔瘡」，為肛門直腸附近的靜脈叢發生靜脈曲張的結果，形成一團圓球狀的靜脈瘤，不過，痔瘡還可分「內痔」、「外痔」兩類，內痔是在直腸黏膜內的靜脈曲張，在用力排便時可能出現流血的情形，外痔是在肛門皮膚外的靜脈曲張，屬表皮性質，常刺激到神經會覺得比較痛，嚴重者還可能讓人痛到坐不住。

建議有痔瘡毛病的人可多吃七穀粥，需準備糙米六兩、小麥一兩、蕎麥一兩、燕麥一兩、薏苡仁一兩、小米一兩、黑糯米一兩。做法很簡單，將上述七種穀物放入瓷鍋，加水後先泡半天左右，讓七種穀物浸潤，然後再用大火煮沸，煮沸後轉小火燉煮二、三個鐘頭成粥即叮。

七穀粥也可以加入龍眼花蜜來調味，早餐或宵夜皆可食用。廖桂聲醫師強調，七種穀物所做成的粥對健康很有益處，因為經過人體消化吸收後，剩餘的殘渣還能幫助清除糞便，有助於減少便秘、降低痔瘡發生的機會。