

大腸無力症及治療

便秘是一種常見的胃腸疾病，通常是指排便次數一週少於三次；或是超過三天才排便一次。但也可以是糞便變硬變小、排便要很用力解、有解不乾淨之感覺，或是須藉由灌腸及瀉藥之幫忙來維持排便正常。而嚴重的便秘及排便困難被稱為大腸無力症又稱「原因不明的嚴重慢性便秘」。其發生的原因不明，這種疾病大多是從小時候或青春期開始有便秘情形，但隨年齡增加而愈加嚴重，加上生活環境影響，工作忙碌到常常忘記上廁所、吃太少或是腸道神經節太少造成腸蠕動緩慢；一般常見症狀包括便秘、腸阻塞、腹絞痛等；而且都是後天造成的，據研究女性好發比例比男性多。嚴重的大腸無力症患者，可以連續五天以上都不會想排便，而且沒有便意，甚至吃軟便藥、瀉藥都無效，造成生活困擾。

大腸無力症及檢查方式

造成便秘的原因很多，須瞭解排除是否有服用的藥物影響如止痛藥，抗憂鬱藥物，鎮痛劑，等或是病患本身是否其他潛在的全身性、代謝性或病理性病症及是否曾經手術等相關問題。在門診時會詢問病人的過去病史及平日排便的狀況、安排大腸鋇劑攝影或大腸鏡檢查，來排除腸道結構是否異常、像是大腸過長或是腫瘤等影響排便問題。後續會再做個大腸排空檢查瞭解大腸蠕動功能是否正常。而病患通常會使用幫助排便藥物或灌腸等方式來改善排便狀況。而嚴重且服用藥物無法改善的患者則與醫師討論是否進一步以手術方式治療。

大腸排空檢查說明

首先告知請受檢者連續三天各吞 20 顆的可顯影的小塑膠管(每顆約 0.8-1.0cm)，而這些小塑膠管是會隨糞便排出，受檢者於第四天及第七天時各照一張腹部 X 光，醫師從這二張 X 光片中對照看出小塑膠管在腸道顯影的狀況，藉可算出糞便在大腸排空的時間。

※注意事項※

1. 有特殊疾病史、懷孕或有懷孕之可能，請先主動告知醫護人員。
2. 檢查期間內，可正常飲食及活動，但請勿服用任何的瀉藥或軟便藥，也不要自行灌腸。
3. 若有不清楚的問題，請再次門診與醫師討論。

大腸無力症的治療

一般大腸無力症患者，症狀較為輕度的會建議先從飲食或藥物方式改善。症狀較為嚴重，已影響生理、心理及日常生活，則會建議進一步手術治療改善病症。

■ 飲食治療

1. 增加液體攝取，每日 2500ml(含)以上。

2.增加攝取纖維含量高之食物如蔬菜、水果，可增加糞便的體積及重量，吸收水份，使糞便變軟，以利排便。

■ 藥物治療

1. 包括高纖維藥物，輕瀉劑或灌腸劑使用，增加刺激腸道蠕動讓糞便容易排出。
2. 但如病患過度依賴藥物而越吃越沒效果，且常有腹脹及腹痛不適的情形，甚至會影響進食、日常生活、心理情緒時則可建議進一步手術切除。

■ 手術治療

1. 目前對於大腸無力症的手術方式主要是將整段大腸包括闌尾完全切除，然後將迴腸與上段直腸直接吻合接上，手術的成功率約九成以上，其次狀況較不嚴重的是將過長的部分腸段如乙狀結腸切除，再將降結腸與上段直腸吻合接上，但成功率約 7 成，且較易再度復發。
2. 因現大多用腹腔鏡器械手術方式切除，術後併發症像是出血、傷口感染、接口吻合處滲漏等也較傳統手術降低許多；腹腔鏡手術的優點為傷口較小、術後疼痛降低、恢復較快，住院時間較短，也儘早返回工作崗位。手術後剛開始前數週內會有排便次數較多的情形，但一般經過飲食慢慢調整後便可改善。

貼心小提醒

- 飲食方面：在食物中增加高纖食品、低脂肪及水分之攝取，可以增加糞便的寬度而使得排便更容易。
- 固定的運動：每天固定的運動可以刺激腸道的蠕動，增加排便機會。
- 養成排便習慣：如果有便意的時候要趕快想辦法去排便。
- 藥物治療：瀉藥主要作用在直接刺激腸道內的神經，使腸道蠕動變快速而達到排便的目的；灌腸是利用滲透壓的原理而將腸道的水份增加，造成腸道變大被刺激有易排便。

醫師建議

平常要多吃蔬果、多運動、多喝水，通常早上吃完早餐後會有出現胃腸反射，所以感覺一有便意就要趕快去上廁所。必要時就診由醫師開立處方幫助排便；然而，嚴重的大腸無力症患者，因長期的症狀及藥物使用會產生抗藥情形，導致藥物效果越來越差，藥物也越吃越多。因此，一旦出現嚴重的慢性便秘，且有腹脹及腹痛等不適症狀，最好是及早就醫治療，與醫師討論，才能一解長期便秘之苦。