

惱人的腸激症

無論中西醫都強調，治療大腸激躁症必須從緩解精神及情緒壓力與調整飲食生活習慣著手，而藥物治療則必須根據患者的體質及症狀分型加以選擇，才能發揮最好的效果。

張先生是一位食品公司的老闆，因為長期有腹瀉、排便次數增加及腹痛、腹脹的問題，因此來門診求診。在門診的問診當中，陳先生說這些問題從他年輕時期就已經出現，而且通常是在趕貨期間出現，只要貨一出完，問題就會減緩。

在門診經過一般理學檢查並無異常，且血液及一般生化檢驗均為正常之後被診斷為大腸激躁症，經藥物治療以及從調整精神情緒及飲食習慣後，上述症狀緩解許多。

大腸激躁症是門診中相當常見的一種慢性反覆發作的功能性腸道疾病，主要症狀為腹痛、腹脹或腹部不適及大便習慣改變，在腸道結構及形態上或實驗室檢驗方面並無異常。大腸激躁症雖然不會造成生命的危險，但的確會為生活及工作帶來很大的不便和困擾。

臨床類型與診斷

大腸激躁症無法單靠一項特殊的檢查就能夠決定。換句話說，診斷腸躁症必須根據臨床徵狀，並排除其他所有可能引起相似徵狀的疾病之後，例如感染、發炎、潰瘍等，才能確立腸躁症的診斷。所以，先了解詳細的病徵和病史，在初步的身體理學檢查之後，再安排其他的診斷檢查，像是血液化驗、糞便化驗等等。當檢查結果皆正常，並無構造上的任何異常時，才能診斷為腸躁症。

根據病人的症狀特點，大腸激躁症可分為腹瀉型、便秘型和混合型三種類型。

一、腹瀉型：主要表現是慢性腹瀉，一日2-3次以上大便，大便多呈不成形的軟便，且帶有粘液，排便前有腹痛、腹脹、便急感，排便之後會緩解。

二、便秘型：表現為慢性便秘，每週排便2-3次，排便困難，量少，大便有時呈硬球狀或羊屎狀，表面可見粘液，大便前腹痛、腹脹，排後稍

緩解。有些患者一日有數次便意，但排不出或排便量極少，有排便不盡感。

三、混合型：患者排便無規律性，有時腹瀉，一日數次的稀便，有時幾天不排便。

中醫療法

大腸激躁症在中醫當中屬於「泄瀉」、「腹痛」、「便秘」、「鬱證」等範疇。中醫認為「肝」與自律神經系統有關，精神緊張會造成「肝鬱」進而影響腸胃（「脾」）機能，導致腹痛、腹瀉或便秘，這是最常見的原因。

1. 對於焦慮或緊張時就腹痛、腹瀉，瀉後腹痛減輕，是屬於肝鬱脾虛型的患者，主要用痛瀉要方的加減方來治療。

2. 大便經常稀軟或水瀉，腹部悶脹不舒服，四肢無力，屬於脾胃虛弱型的患者，可用參苓白朮散的加減來治療。

3. 腸胃有寒熱夾雜的患者，常表現出腹痛、大便粘膩，或便秘腹瀉交替之症狀，通常用烏梅丸或半夏瀉心湯加減來治療。

4. 一大早就腹瀉，甚至被腹瀉叫醒，通常這類患者容易怕冷，腰酸腳無力，就需要用附子理中湯配合四神丸來治療。

5. 至於經常便秘，大便如羊屎狀，小腹有時有結塊，會壓痛，口內乾燥，屬於脾胃陰虛的類型，主要用芍藥甘草湯配合麻子仁丸加減來治療。

總之，一般認為大腸激躁症與腸道的異常蠕動有密切關係，而情緒、精神壓力及不正常的飲食習慣是重要的惡化因子。無論中西醫都強調，治療大腸激躁症必須從緩解精神及情緒壓力與調整飲食生活習慣著手，而藥物治療則必須根據患者的體質及症狀分型加以選擇，才能發揮最好的效果。

