



大腸直腸肛門疾病癥狀系列報導 (十九)

大腸直腸外科醫師 熊維羆

大腸直腸肛門疾患簡介 腸炎-過敏性腸炎

腸炎分為急性腸炎，慢性腸炎及過敏性腸炎三種，急性腸炎通常是因為吃了不清潔的食物而引起的，而慢性腸炎是由許多原因所造成，治療的時候須針對各種不同的病因而為之。過敏性腸炎發生於體質敏感的人。

過敏性腸炎
脹氣-像胃痛一樣的經痛，疲勞，精神不振，這些是不是聽起來很耳熟呢？如果是，你可能正罹患過敏性腸炎，這種腸胃失調現下十分普遍，大概有四分之一的人正患有這種疾病，更有甚者，大部份的病患年齡都在二十到四十歲之間，並且其中有三分之二的是女性。

過敏性腸炎實質上是一種腸道(結腸)的紊亂失調，在正常情況下，腸道將垃圾通過規律的收縮推向直腸，但是如果罹患了過敏性腸炎，這些收縮將變得很不規則，這將導致經痛，脹氣，便秘和痢疾腹瀉等，目前還不瞭解到底是什麼導致這種情況，儘管大多數人認為壓力是一個重要因素，還有比平時更敏感的結腸，使得腸肌不自覺的開始痙攣，食物過敏也會造成過敏性腸炎，大麥和奶製品是最常見的罪魁禍首，因為腸道不能將它過敏的食物分解掉，導致腹脹，腹痛和過多的胃腸脹氣，過敏性腸炎也稱為食物變態反應或消化系統變態反應過敏等，兒童食物過敏反應的患病率約6%-8%而牛乳是最常見的過敏食物佔其中的3%-7.5%，以一歲以內的嬰幼兒多見，隨年齡的增長，食物過敏症的發病率明顯下降，有食物過敏的患者常伴有支氣管哮喘，發病率約6.8%-17%而對牛乳過敏的兒童，哮喘的發病率則可高達26%

過敏性腸炎是一種最常見的腸道功能性疾病，它發病由於生活不規則，情緒抑鬱，過多食用刺激性食物等引起的，由於本病所引起的腹瀉並不是由致病性細菌引起，故服用抗生素是無效的，相反，若長期濫用抗生素，還會導致腸道菌群失調，引發更嚴重的腹瀉，此病女性多於男性，主要表現為慢性便秘，腹瀉或兩者交替發生，典型者常為無痛性腹瀉，早餐前或五更瀉，排出三至四次粘液稀便後，則腹部感輕鬆，有的為細小軟便；另一典型表現為慢性腹痛伴便秘，或腹瀉與便秘

交替，病人常有間歇性下腹痛，以左下腹為多，放屁或排便後緩解，得了這種病，最要緊的是避免過勞，生活要有規律，本病與精神因素，飲食因素都有一定的關係，每當遇到焦慮，恐懼，憤怒，抑鬱等情緒波動或吃了某種食物如雞蛋，蝦，蟹等後，突然出現腹痛，腸鳴，腹瀉，瀉後痛減，經多方面的消化道檢查，並沒有發現腸道有器質性病變

研究說明，過敏性腸炎的發生與腸道中一些細菌減少有密切的關係，腸道中的細菌一般可分為兩類，一類是“固有菌”，如乳酸桿菌，雙歧桿菌等，它們長居腸中，猶如一道天然防線，可低禦外來病菌的侵害，另一類叫“條件致病菌”，如大腸桿菌，腸球菌，葡萄球菌等，“條件致病菌”，因受“固有菌”制約，一般情況下無致病作用，而且還參與協調腸道的消化功能，科學家研究發現，鈣能影響腸道細菌數量的分佈，鈣是一種拮抗劑，它能強人體對外界某些特異性過敏物質的抵抗作用，比如，當鈣減少或不足時，腸道中“固有菌”也會相應減少，腸道防禦功能會減弱，而“條件致病菌”也會因此失去制約而自由生長，繁殖，導致腸道菌群失調，引起腸道病變，這時，如投入適量鈣劑，即可使“固有菌”數量增加，“條件致病菌”受到抑制，數量也會減少，從而使腸道菌群趨於平衡，消除了過敏反應，腸道功能也開始正常，有關專家認為，過敏性腸炎患者只要攝取比平時飲食中鈣量多二倍的食物，就能起到防治的作用，含鈣豐富的食物有豆製品，牛奶，芝麻，紅棗，核桃，杏仁，油菜，芹菜，小白菜，雪裡紅，蘿蔔乾，以及柑橘，柚子，檸檬等，如攝取的食物受限，可適當考慮補充鈣劑。

病因：專家學者及醫生們現在還不瞭解到底是什麼導致這種情況，但一般誠認發病是由於生活不規則，情緒抑鬱，過多食用帶刺激性食物等引起。

症狀：便秘，較多見，糞便量



少，排便困難，每週1-2次，偶有十餘天一次者，因而常使用瀉藥，腹瀉：每日一次或多次，有的只在早餐後暴發多次排便，其餘時間可無腹瀉，偶有一日腹瀉二十餘次者，腹瀉不發生在夜間
腹痛：腹痛為本病最常見的症狀，多數伴有大便習慣的改變，疼痛部位多見左下腹或右上腹部，疼痛性質主訴不一，絞痛，緊縮性痛等皆可，可持續數分鐘至數小時，在排氣，排便或灌腸之後緩解，

其他症狀：常伴隨消化系統其他症狀，如食後腹部脹滿，厭食，噁氣，噁心等，全身神經功能紊亂的一些症狀，如心悸，乏力，嗜睡，多汗，潮熱，頭痛等，併發症：

腸道外症狀最常見的表現為血管神經性水腫和各種皮疹，濕疹，此外尚會引起鼻炎，結膜炎，復發性口腔潰瘍，支氣管哮喘過敏性紫癜，心律失常，頭痛眩暈等，甚至可引起過敏性休克的全身反應，嬰兒期食物過敏尚有發生猝死綜合症的報導，應予重視。

診斷：
食物中毒反應的診斷，首先根據詳細的病史，皮膚試驗或RAST的結果判定，如果疑為IgE介導，應排除，應排除有關食物必要時做全面試驗，但病史中有過嚴重過敏的反應者或診斷明確者不做，疑為非IgE介導的食物所致腸道疾病，其診斷須做活檢，無條件時應做食物的排除試驗，根據病史和皮膚試驗疑為IgE介導的疾病或食物誘發的小腸結腸炎，應排除可疑食物，一週至兩週，其他胃腸中毒反應疾病排除可疑食物可長達十二週，如果症狀未改善，則不大可能是食物中毒，反應不能僅根據皮膚試驗或RAST做出“I”型食物中毒反應的診斷，許多患者據此被誤診為某種食物所致的食物中毒反應，而避免了他們仍不該禁食的食物，因此病史和食物的試驗對

病因的診斷很重要，臨床上還要注意到，IgE型和非IgE型可同時存在或相互轉化，以及患者隨時可能對新的食物變應原過敏。

鑑別診斷
食物過敏引起的症狀具有多樣性和非特異性，應與非中毒反應所引起的消化道和全身性疾病有所鑑別，如各種原因引起的消化不良，膽石症，炎症性腸病，乳糜瀉等。

治療
1. 避免變應原，一旦確定了變應原應嚴格避免再進食，這是最有效的防治手段，但“避免”應有一定的標準，如雞蛋最容易過敏的部份是蛋清，病人可以食用蛋黃部份，一般6-12個月後小兒對大部分食物抗原的敏感性消失，此外，烹調或加熱使大多數食物抗原失去變應原性。
2. 藥物一般不主張長期用甾體芬，皮質類固醇預防，口服色甘酸效果不確定，也不主張以食物進行IT，但OAS可以用敏花粉進行IT，一年後大多數患者對花粉和植物性食物的敏感性降低，但在食物誘發了症狀時應對症處理
病前預防：

1. 本病多在心裡負擔沉重，情緒緊張，焦急，憤怒，抑鬱等因素時發病，因此避免精神刺激，解除緊張情緒，保持樂觀態度是預防本病的關鍵
2. 對可疑不耐受的食物，如蝦，蟹，牛奶，花生等，盡量不食，辛辣，冰凍，油膩生冷食物及菸酒要禁，同時避免瀉藥及化學因素對腸道的刺激，飲食定量，不過飽或過餓，養成良好的生活習慣，
3. 適當的運動，可鍛鍊身體，增強體力，預防疾病。

病後預防
1. 本病一般來說不危及生命，但重要的是這些患者的慢性病症狀，很容易掩蓋新發生的腸道惡性病變，為此醫生應隨時提高警惕，注意對併發病變的早期發現
2. 本病精神護理非常重要，醫護人員必須與家屬配合，解除患者的心理顧慮，依據檢查結果，讓患者瞭解本病的起因，性質，及良好預防，以解除緊張情緒，樹立患者復原的信心
3. 本病一般無須臥床休息，鼓勵病人多動，可參加適當的工作，建立良好的生活習慣，
4. 少量多餐，腹瀉患者應食少渣易消化，低脂肪，高蛋白食物，便秘者應多吃高纖維蔬菜，粗糧等，建立定時排便習慣，忌食生冷及刺激性食物

CRC 大腸直腸診所

熊維羆 醫學博士 電話: 702-586-6688 (備通國、英、西班牙語) 傳真: 702-586-9988 6080 S. Durango Dr., #105, Las Vegas, NV 89113