



大腸直腸肛門疾病癥狀系列報導 (49B)

大腸直腸外科醫師 熊維羆

大腸直腸肛門疾患簡介 人體重要器官“大腸”

續前文

大腸的營養是來自血管，大腸的腸壁周圍都有很豐富的血管。如果血管不暢通，大腸的外表就會受到傷害，就會出血。這就是所謂【缺血性結腸炎】<Ischemic Colitis>。粘膜表面是很嬌嫩，脆弱，最容易因缺氧，缺血出血。

二十多年來，人們的生活習慣有很大的改變，西化的速食連鎖進駐，人們都愛吃油炸的食物。而且平時都很忙碌，就少運動，可能也沒有多喝水的習慣，所以這幾年來，聽到大腸罹患癌症的例子是越來越多。大腸癌的死亡率增加十倍之多，發生率也增加到十多倍。二零零五年的數字顯示（臺灣地區），大腸癌的發生率達到九千六百例，這已是連續的第一名肝癌之後，排名第二了，與九千九百例的肝癌相差不多了。

而就在2007年，大腸癌的發生率已經突破一萬例。肝癌是第一個突破一萬例的癌症，大腸癌是第二個，而且案例還在持續增加中，這是非常恐怖的。〔我們不希望健康的大腸長癌細胞，因為長了癌細胞大腸就痛苦了，大腸被害，要被開刀，大腸要變短了，這些都是人們不樂見的。〕

切勿亂服藥

大腸有的時候也會發炎，有種種原因可能引起發炎，特別是人們喜歡吃抗生素時，抗生素可能會讓人們〔拉肚子〕，引起大腸〔結腸發炎〕，甚至害大腸的表面爛掉，鼓脹起來，形成偽膜，

這是很嚴重的。所以我們也呼籲人們，非必要時不要隨便吃抗生素。長期吃抗生素，就要小心有特別的細菌會跑出來，這些細菌就是偽膜性結腸炎發生的重要原因。已知大約百分之二至三的人身上有這些細菌，現在越來越多，尤其是長期療養院的住客可能多到百分之二十至三十，醫院住院的病人也多到百分之三十，這是所謂的困難腸梭菌<Clostridium Difficile>

這也是未來院內感染管制非常重要的課題。

〔吃了壞東西，大腸受不了，就要很快排出去。〕所以，人們腹瀉是因為食物中有毒素，需要儘快把毒素排掉；所以不必立刻吃〔止瀉藥〕來解決問題。例如偽膜性結腸炎，就是標準的梭菌引起的發炎，吃抗痙攣，抗蠕動的藥，結果呢？就發生一個問題，這些壞東西跟大腸相處的時間越來越長，反而不好，所以有這種屬於刺激性的毒素，細菌存在時，最好是不要吃止瀉藥，以免毒素反而排不出去。

還有，或許人們會覺得奇怪，如果大腸發現裡邊有血，大腸也會想辦法很快的排出。雖然血本身是很寶貴的東西，可是大腸很



愛護人們的環境，大腸很環保，大腸不要這裡血流成河，大腸不要，也不喜歡。

胰臟發炎腸不動

還有一項大腸最害怕的刺激——來自胰臟

胰臟發炎的時候，會分泌胰臟酵素，胰臟酵素會消化大腸，大腸會被溶解掉，大腸會被吃掉；如果大腸亂動，這酵素就會亂跑亂竄，影響就會很大，所以大腸懂得犧牲小我不影響大局，大腸要發揮防火牆的功能，把它隔開。

可是如果遇到〔腹膜炎〕這樣的大災難，大腸也沒辦法，大腸也分不清楚那裡是真正的病變，這時候大腸只能消極地罷工處理，整個腸子不蠕動，這是所謂的〔痙攣性阻塞〕，唯有這樣能保護大腸也保護整體。大腸不是不愛動，大腸絕對是盡責的。平時，大腸是很規律地在動，一分鐘動二次，三次。大腸一動就是整條按照次序地動，但是遇到外面情況不好的時候，大腸就不敢動。

少用牙籤免危機

很多人習慣用牙籤，但是小腸和大腸們兩兄弟都很害怕牙籤。牙籤一不小心咬斷了，喀擦，結果牙籤掉到食道，沒問題；掉到胃，沒問題；掉到小腸呢？〔那大腸的小兄弟會

被這些尖尖的牙籤傷害，甚至被牙籤刺破。〕

所以大腸最不歡迎人們用牙籤。

還有一些很硬的藥物也可能傷害到大腸。

特別是止痛消炎藥<NSAID>，品質差的消炎藥〔崩解率〕很差，意思是說不容易溶解也不容易吸收，從食道滾啊滾到大腸來，在滾的過程，藥的外表有一部分已經破掉，帶著很強的腐蝕性，NSAID的成分都是鹽酸，大腸的內皮被灼傷，潰爛。NSAID引起的腸壁的問題，是最近十年非常嚴重的事實，會引起出血，醫生用內視鏡檢查可以看的到藥就留在那位置上。

大腸歡迎益生菌<Probiotics>，但是益生菌一吃就是幾億個，幾十億個，甚至一百億個，數量太大，裡面是不是有藏著一些〔壞菌〕？很令人憂心：〔一次吃進這麼多的菌，如果藏著〔壞人〕，那就很麻煩，會不會傷害到大腸？〕

所以，筆者還是希望：

有正常的飲食，有適量的纖維，有正常的活動，有足夠的水分，而且少吃油，少吃肉，四個有，兩個少，是保護大腸最好的方法。

筆者的的大腸經

各位讀者，回復到大腸直腸外科醫師的身份。

要呼籲大家，多吃蔬菜，水果，少吃油炸的食物，少吃肉類，要多運動，多喝水，常吃素，絕對可以〔腸〕保健康。請每天至少有一餐，每一周至少有一整天吃素。

親愛的讀者朋友，您如果愛護珍惜自己的大腸，您就會有個健康的好身體！

永遠健康快樂！！



大腸直腸診所

熊維羆 醫學博士

電話: 702-586-6688 (精通國、英、西班牙語) 傳真: 702-586-9988

6080 S. Durango Dr., #105, Las Vegas, NV 89113