



大腸直腸肛門疾病癥狀系列報導 (30) 大腸直腸外科醫師 熊維羅 大腸直腸肛門疾患簡介 腹瀉



腹瀉就是俗稱的“瀉肚子”“拉肚子”廣東俗稱“肚瀉”，中醫稱之為“泄瀉”是一種消化道疾病引起腹瀉的原因，最主要是吃了或喝了不乾淨的食物或刺激性的食物，腸胃無法容納這些不當的食物，因而發生腹瀉，也有少數的人因感冒而有腹瀉的症狀。腹瀉除了見於腸道疾病外，還見於急性中毒，全身性感染，及多種變態反應性疾病。著涼和食物不潔是造成腹瀉常見原因，痢疾等傳染性疾病也可能是更嚴重的病因。根據世界衛生組織的報告，全世界五歲以下的兒童死亡有百分之二十是腹瀉造成的。每年約有一百八十萬孩子死於腹瀉。腹瀉也可以分急性和慢性，一般腹瀉時間在二星期之內的稱為急性腹瀉，超過二星期之內的則為慢性腹瀉，也就是說，腹瀉只是一種症狀，並不代表某個疾病。有些疾病可以造成急性腹瀉，也可以引起慢性腹瀉。引起腹瀉的原因很多，最常見的是腸胃炎，其他還包括消化不良，食物中毒，先天性腸道異常，腫瘤，過敏，內分泌疾病等都會出現腹瀉。

腹瀉：
腹瀉，是指大便中的水份含量增加，一般大便的水含量是百分之六十至七十，腹瀉則是排出於像泥狀或水狀的情形且?排出量超過正常平均量(約200克/天)，腹瀉也是小腸疾病的主要症狀之一，因腸道的不正常頻率運動，導致大便的?及量及軟硬度都會有所改變。急性的腹瀉時，大便會呈現灰棕色，具有臭味，充滿了未消化的食物顆粒及腸道黏液。身體會有一些不舒服的症狀，如腹瀉，脹氣，腸子蠕蠕作響，厭食及口渴的情況。

腹瀉的病理機轉：
造成腹瀉有以下幾個原因
1. 腸道內滲透壓改變
因腸道內的葡萄糖不能被吸收，引起滲透壓的改變，如飲食過量或者是不能吸收之溶液瀉劑都會造成這種改變。

2. 腸內膜分泌之增加
病毒及細菌都有可能造成腸道黏液分泌較多及電解質的流失刺激。
3. 吸收減少或吸收不良
如腸內膜的疾病，或腸道外科手術切除部份腸子，都有可能造成吸收面積減少。

4. 腸蠕動的功能異常
情緒緊張，神經性腫瘤，甲狀腺機能亢進等，都有可能造成腸道的蠕動加劇進而形成腹瀉。
分類
1. 依程度區分：輕度，中度及嚴重三種
輕度每天約大便五至八次，沒有嚴重之症狀。
中度每天大便八至十五次，輕微脫水，中度發燒，無酸中毒之症狀
嚴重者則每天大便十五次以上，伴著脫水，酸中毒，身體軟弱。

2. 依病區區分：急性及慢性兩種
急性如炎症，腹瀉會自然痊癒，不需要特別的治療。
慢性則是連續兩週水便，而且次數一直增加，可能是腸道的疾病所引起的。
3. 依病理機轉區分：分為吸收性及分泌性兩種機轉
吸收性指黏膜受損：分泌性則是因為細菌等刺激到腸道，因而造成細胞內之電解質被排入腸道中，嚴重可能造成脫水或酸中毒。
4. 依病菌區分：列舉以下四種

病菌
A. E氏大腸菌：
糞便是綠色的，含大量黏液，水狀稀釋的狀態。唯 餵母乳的小孩較少會發生，配方奶則在一至三個月時最容易出現的時段。剛出生的小嬰兒容易發生，尤其是在育嬰室中特別容易交互流行傳染。
B. 沙門氏菌
糞便中會含有血及黏液。
會先有噁心，嘔吐，腸絞痛之症狀，最後才會腹瀉。可能有不乾淨的食物或飲料所引起，2?的幼童最容易發生。
C. 志賀桿菌
糞便呈現稀液狀，且帶有黏液及膿等物質。
感染時會突然的發燒，腹部絞痛一天以上後才腹瀉，排便時會有痙攣情形發生。
D. 霍亂弧菌
糞便是透明白色的樣子，還帶一點黏液。
感染時會有大量的稀釋的大便，時好時壞，但會持續一直的腹瀉；得此病會有免疫力。

腹瀉一般而言，是腸道黏膜的障礙，造成腸道吸引水份之困難，還有可能因為腸道蠕動太過亢奮，導致腸內食物尚未消化吸收就快速通過排出，再來可能是腸分泌作用的亢進，當然，也有可能是情感的壓力，感染，胃，胰或大腸的疾病所造成的腹瀉。造成腹瀉的疾病大致可以分為以下兩種類型：
(一) 感染性的腹瀉：
可能的病原是細菌，真菌，病毒，寄生蟲等引起這類的腹瀉，會造成小腸黏膜的受損糜爛，吸收也會產生障礙，病原菌一般來講以沙門氏菌及葡萄球菌為臨床最常見的腹瀉引起原因。
(二) 非感染性的腹瀉，可以細分為十五項：

1. 飲食問題
食用到不容易消化的食物，冷飲等造成腸道的刺激，或者是食物中的脂肪及糖含量太多而引起發酵作用，都可能會造成腹瀉情形。
2. 藥物使用
副交感神經刺激或交感神經抑制劑的藥物會促使腸道亢奮，抗生素則可能造成葡萄球菌的耐藥性，而在腸內大量繁殖，造成腸道發炎腹瀉，還有腺素等藥物也有可能造成腹瀉。
3. 心理壓力
不安，恐懼，緊張，激動，興奮，憂慮都有可能造成自主神經的失調，而使得腸道蠕動亢進及黏液增加。
4. 食物過敏
如對海鮮貝殼類食物過敏或對鮮奶過敏，或乳糖不耐症等，都容易產生抗原，刺激到副交感神經，進而造成腸道運動刺激而腹瀉。
5. 中毒引起
鉛中毒會造成腸道的異常蠕動，還有腸道的痙攣及不自主收縮，而食用到有毒的菇類或魚類時，也有可能產生腹瀉，嘔吐及腹痛等症狀。
6. 代謝性疾病
如糖尿病，會引發自主神經的障礙，產生腹瀉情形。
7. 內分泌疾病
如甲狀腺功能的亢進，副甲狀腺功能的不足，都有可能引起腸

道的功能，也有可能便秘與腹瀉交錯出現。
8. 胃切除
當沒有胃來混合食物及乳糜化作用時，就會造成腸道的吸收養份的困難也會使得空腸內的細菌增殖。
9. 胰臟疾病
如炎症或腫瘍，造成胰臟分泌消化酵素及荷爾蒙的問題，進而造成消化不良水份過多等腸道問題。
10. 膽之疾病
當膽汁閉鎖或膽囊有問題時，可能會造成膽汁分泌障礙或膽汁缺乏，結果就會造成非水溶性脂肪無法正常消化性的腹瀉。
11. 腸道疾病
腸內的腫瘍，發炎，潰瘍都有可能影響腸道的正常功能造成腹瀉情形。
12. 骨盆腔疾病
如膀胱或輸尿管等器官發炎時，會導致腸道的吸收障礙及分泌亢進，進而產生腹瀉。
13. 引起水腫的疾病
如肝硬化，腎病等，都有可能造成腸道的水腫，進而腸道血流不足，腸蠕動降低及無法吸收養份。
14. 維他命缺乏
如癩皮膚，缺乏維他命也可能造成腹瀉問題。
15. 身體其他部位感染
如肺炎，中耳炎，上呼吸道感染，中樞神經感染等疾病，都會因發炎症狀而造成腸道的功能障礙，進而腹瀉。

腹瀉之症狀
1. 消化性器官的症狀
如食欲不振，空腹感，打嗝，嘔吐，腹痛，肛門疼痛等。
2. 全身性之症狀
如發燒，全身無力，倦怠，意志力降低，焦躁不安，失眠，頭暈，皮膚乾燥 無光澤等。
3. 脫水
細胞外液嚴重的喪失於水性的糞便中，造成的因素為反覆嘔吐，尿液排出，水份攝取不足及大量的電解質喪失於腹瀉中。
4. 電解質不平衡
鉀的減少或鈉鈣所引起的電解質高張或低張性的不平衡。
5. 酸鹼不平衡
因為腹瀉而大量流失鉀，鈉，重碳酸鹽而產生代謝性的中毒。
6. 以上一，二項為輕微的症狀，三至五項則為較嚴重之症狀，還有可能伴隨著肛門周圍的糜爛，疼痛，當電解質嚴重不平衡時，甚至有可能造成休克或心臟停止。

診斷
(一) 病史
須包括腹瀉發作時間，頻度，糞便硬度，量，顏色和飲食的關係。另外要問有無全身性疾病，旅行經驗，用藥情形及性行為。
(二) 理學檢查
首先注意病人全身性狀況，脫水情形，有無發燒，或其他毒性表徵，接著觀察有無貧血，皮膚病變或甲狀腺腫大等現象。腹部檢查注意，腹音變化是否有腹脹，壓痛，腫塊或者任何器官腫大。檢查肛門與會陰部時，注意有無腫塊，大便阻塞或括約肌鬆

弛等現象。
(三) 診斷性檢查
檢查對象：
1. 急性腹瀉一般為自限性，症狀治療即可，不需進一步檢查，但下列情況包括：
High fever, systemic toxicity, blood diarrhea, dehydration, recent overseas travel, outbreak of food poisoning, immunocompromise, male homosexuality, recent antibiotic use, 則應做診斷性檢查。
2. 慢性腹瀉病患無法由病史及理學檢查確定病因時，應接受進一步檢查。
檢查項目：
A. 血液及生化檢查：包括血色素，白血球總數及分類及電解質濃度。
B. 糞便檢查：應採用新鮮糞便，項目包括：潛血反應，白血球，寄生蟲，細菌培養，脂質等。
C. 十二指腸抽出液(如Giardia的診斷)。
D. 內視鏡(Sigmoidoscopy, colonoscopy)。
E. 放射線攝影。
治療
腹瀉病人通常不需要住院，但若是嚴重的急性腹瀉，則病人可能因水分和電解質的失衡而死亡，這時就需要住院接受治療。另外若病人伴有腹痛或者出血時，也需要住院。除了給病人補充水份，電解質，養份等支援性療法外，要針對基本病因加以治療(如若為感染症，就要加用抗微生物藥劑)。至於對於腹瀉症狀本身的緩解所使用的治療藥物，依其作用機轉可分：

(一) 吸 附 劑
(ABSORBENTS) - 如 KAOPECTATE, ALUMINUM HYDROXIDE。
(二) 抗 分 泌 劑
(ANTISERETORY AGENTS) - BISMUTH SUBSALICYLATE。
(三) 鴉片衍生劑 (OPIATE DERIVATIVES) - 如 OPIUM TINCTURE, DIPHENOXYLATE WITH ATROPINE, LOPERAMIDE。
(四) 抗 膽 鹼 製 劑
(ANTICHOLINERGIC AGENTS) - 如 DICYCLOMINE
腹瀉時處理：
1. 先瞭解可能是什麼原因引起腹瀉？家中其他人是否有也腹瀉？腹瀉物像水或泡沫狀或黏液狀？次數多少？
2. 暫時給患者多給患者多喝開水或淡鹽水，不要吃其他東西。如果病人有噁心想吐時，開水也可以喝。
3. 用大毛巾將腹部包起來以保暖，並讓患者躺下來休息。
4. 多次的腹瀉會使肛門周圍紅痛，所以每次大便時使用細軟的紙或棉花沾濕擦肛門，然後用溫水擦肛門周圍。
5. 安慰患者，盡量放鬆緊張焦慮的情緒。
6. 除了醫師的指示外，不可自行購買抗生素(即消炎藥)或止瀉藥服用，以免誤認病情。
7. 如果腹瀉多次且情況未改善，伴有噁心，嘔吐，發燒或者大便中有血或黏液或泡沫時，可能表示患有傳染性疾病，應該盡速送醫診治。
8. 情況改善時，才開始吃煮過的食物，以少量多餐的方式，再慢慢增加量，但仍應避免粗糙的蔬菜，水果，油炸的，刺激性食物與酒精性飲料，牛奶及其製品。

CRC 大腸直腸診所
熊維羅 醫學博士
電話: 702-586-6688 (粵語、英、西班牙語) 傳真: 702-586-9988
6080 S. Durango Dr., #105, Las Vegas, NV 89113