

个体化施治 让肛肠诊疗精准微创化

“国家队”领衔 北京大学人民医院青岛医院肛肠外科带来全新“痔”疗体验



不知何时起，悄然兴起了一股“提肛”运动风潮，成为年轻人保持肛肠健康的秘密武器。作为相对隐秘性的疾病，痔疮、便秘、肛周脓肿等肛肠科常见病，发病率都比较高，尤其是节假日期间，人们饮食不注意，到医院求助的此类患者便会增加，且常常是在半夜。如今临近春节，该现象已经凸显出来。

2023年，北京大学人民医院青岛医院肛肠盆底外科门诊开诊，肛肠外科病房启用，为越来越多岛城及周边地区的肛肠疾病患者解除了病痛，带来更精准化、个性化的治疗。北京大学人民医院青岛医院肛肠外科学科带头人北京大学人民医院胃肠外科专家、北京大学人民医院青岛医院肛肠外科主任王有利教授，是国内最早开展并推广多学科专家诊疗模式(MDT)的专家之一。王有利教授带领团队用先进理念、高超技术、规范方案，全力以赴为患者提供痛苦更小、恢复更快的肛肠疾病治疗方案。

节假日是肛肠科就诊高峰期

“春节期间暴饮暴食，加之东奔西走太劳累，肛肠疾病会比较容易出现或者复发。”王有利教授告诉记者，根据往年经验，春节前后是肛肠科医生们忙碌的“高峰期”，“在北京大学人民医院坐诊时，一上午就能接收30多个患者，尤其是雄激素分泌旺盛、饮食习惯不好的男性患者。”从医三十多年来，北京大学人民医院胃肠外科专家王有利教授始终坚守临床一线，年门诊量6000余例，年肛肠手术量1200余例，为无数严重肛肠底疾病患者解除了病痛。

自2022年6月起，王有利教授开始常驻青岛，常态化开展门诊、手术、查房等工作，将北京大学人民医院“同质化”的医疗技术惠及更多岛城患者。去年11月，在许多患者的期盼中，北京大学人民医院青岛医院肛肠盆底外科门诊开诊，也迅速成为了接收肛肠疾病疑难杂症的“专业户”。

“肛肠盆底疾病是常见病、多发病。很多人对肛肠盆底疾病的危害性认识不足，或者因羞于就医，往往在疾病发作时自购一些药物缓解症状。实际上，各类肛门、结直肠疾病如不及时治疗，将导致痔疮裂、盆底功能失常、便血、排便困难、肛门疼痛等严重问题，甚至引发肛门结直肠良恶性肿瘤，一定要及时就诊，不要耽误最佳治疗时间。”王有利教授指出，自元旦假期后，他在门诊上遇到了多例因节假日暴饮暴食而前来肛肠科“报到”的患者，除了一小部分老患者，新引发的痔疮、肛门脓肿患者占到绝大多数。

临近春节假期，聚会不断，除了鸡鸭鱼肉，有些人喜欢吃味道辛辣的烧烤、火锅。除了饮食习惯的改变，连续熬夜唱歌打牌，多重因素影响下，“出口”的问题就出现了。王有利教授提醒，“在饮食上首先要注意，不能满足了嘴巴，就不顾肠



王有利教授常驻青岛，常态化开展门诊、手术、查房等工作。

道、胃、肛门等器官。也不要久坐熬夜，熬夜带来的伤害不是单方面的。此外，肛肠疾病的发生还多与人的紧张焦虑情绪、排便习惯等有着密切关系。”

减痛手术为患者精准舒适化诊疗

手术是一些严重的肛肠疾病的治疗手段，但即便是在医疗技术已经高度发达的今天，肛肠手术带来的疼痛仍然令许多患者望而生畏。为了减轻患者的痛苦和恐惧心理，王有利教授积极探索无痛减痛新方法，通过多年的诊疗经验，整合中西医模式，传统与现代的治疗手段，总结出了一整套完备的方案，减少患者治疗损伤和痛苦，让部分患者以接近无痛的方式达到比较理想的效果。

近日记者来到启用2个多月的北京大学人民医院青岛医院肛肠外科病房探访，病房在启用一周后即住满了患者，现在更是一直满床状态。病房内65岁的邓先生已准备出院，他告诉记者，一两个月前他反复出现便血，大便次数逐渐增加，最多一天要上十多次厕所，本以为是痔疮，直到来到王有利教授门诊检查后，确诊是直肠癌。“起初对自己的病情非常担心，是专家们给了我信心，在这里王有利教授帮我组织了多学科会诊，多学科联手实施了新辅助治疗和手术治疗，现在我恢复得不错，可以回家过个好年了。”邓先生感激地说。

35岁的王先生工作应酬多，但在连续几日喝酒、熬夜后，发现自己排便出现了问题，让他痛苦不堪，严重影响了工作生活。王有利教授确诊他患有直肠黏膜脱垂合并混合痔。在得到王有利教授耐心和通俗的病情解释、手术方案介绍后，王先生决定立刻进行手术。手术团队为他实施规范的经肛吻合器直肠黏膜切除术，原本惧怕手术的他在医护人员的无痛化治疗和悉心照料下，很快摆脱了痛苦和困扰，康复出院。

除了治病还要医心，60岁的杜女士(化名)每次大便时都出现排便困难，原以为自己患了便秘，整个人十分焦虑。王有利教授诊断她患有肠易激综合征。

经过半个多小时的耐心解释，患者慢慢卸下顾虑并积极配合治疗，如今症状已缓解。

又脏又累又尴尬，是肛肠科医生们的日常。但每每看到经科学治疗后患者的病痛被消除，带来的是更有价值的满足与成就感。

科学预防 让肛肠更健康

肛肠外科最常见的痔疮发病率高，有“十人九痔”的说法，且随着年龄增长，发病率更会上升。大部分痔疮有明显的发作期和缓解期，在发作期，如果早期无症状或症状不明显，可以对症处理、调节饮食，无需手术，如果具备严格的手术指征，也应遵循医生意见以免延误治疗。近年来，原本在发达国家高发的结直肠癌，在我国的发病率也逐步上升，该病的症状又较隐匿，在疾病早期，甚至直到晚期阶段，患者可能都没有明显症状。

王有利教授对这些问题非常重视，他表示，北京大学人民医院青岛医院肛肠外科成立之初即以打造高水平专业学科为目标，秉承着严谨、科学的工作作风，全力以赴为患者提供痛苦更小、恢复更快、符合现代医学模式的治疗方案。可以对多发的肛肠常见病(痔疮、肛瘘及肛周脓肿、肛裂等)、盆底功能障碍性疾病、顽固便秘等，提供精准的外科治疗，对肛门、结直肠良恶性肿瘤的患者提供个性化治疗。肛肠外科病房启用后，有助于进一步推行精细化管理，满足患者就医需求，手术治疗以微创、舒缓为特色，损伤小，最大程度保留正常肛门功能，患者住院时间短。科室以病房启用为契机，凝心聚力，强化医疗水平，提高医疗服务质量和加强危重患者救治能力，实现区域内肛肠诊疗能力高质量发展。

“所有的疾病都有一个演变、发展的过程，只有提早预防才能避免。”王有利教授建议，首先要注重肛门的局部卫生，出现外伤、感染要及时到正规、专业医院就诊；其次，平时要注意糖尿病、心脏病等基础疾病的治疗，控制好血糖、避免酗酒、养成健康的生活方式；再次，如果出现肛肠疾病症状，一定要及时就医，明确自身是否存在疾病以及疾病的严重程度，进行相应的治疗，避免症状加重，提高救治成功率。

名医档案

王有利 北京大学人民医院胃肠外科、北京大学人民医院青岛医院肛肠外科主任，副主任医师。中国医师协会会员，中国医师协会外科分会肛肠外科医师委员会常委，北京中医药学会会员，北京大学盆底疾病诊治中心成员。擅长：胃肠道肿瘤的外科诊断治疗，如胃癌、结肠癌、直肠癌；其他胃肠道良恶性疾病；普外科疾病如甲状腺疾病、阑尾炎、腹股沟疝；肝胆疾病，如胆囊炎、胆管疾病及肝脏占位性病变；盆底功能障碍，便秘，直肠脱垂，直肠前突，及直肠局部的良、恶性占位性病变；肛门常见病如痔疮、肛裂、肛瘘等。

相关链接

肛肠疾病患者要饮食有道

在肛肠科的门诊或者病房里，经常有患者谈论肛肠疾病饮食方面的话题。有的患者认为在肛肠科住院手术后，应适当进补，否则会影响伤口的愈合。其实这种说法是不科学的，饮食调理是一个很重要的因素，但不能一味进补，甚至不能补。在日常生活中，肛肠疾病的患者可以适当多食用以下食物来达到食疗保健的目的。

蜂蜜：蜂蜜具有润肠通便的作用，可以加快肠道的蠕动，促进大便的排出。

菠菜：菠菜含胡萝卜素、维生素C、钙、磷及一定量的铁、维生素E等有益成分，能供给人体多种营养物质。适宜痔疮便血患者食用。

火龙果：含有丰富的膳食纤维，可以改善便秘的症状。

西梅汁：也是一种非常不错的治疗便秘的食物，能够润肠通便，起到缓解便秘的作用。但如果患有糖尿病，则不宜饮用，以免引起血糖升高。

山药：不仅能够有效地促进消化吸收，而且还可以调节肠道菌群平衡，促进肠道蠕动，预防便秘、腹泻等肛肠科疾病。

白萝卜：具有消食利咽、解毒利尿的功效，它含有丰富的维生素C，可以帮助改善痔疮患者肠道功能，减轻痔疮疼痛和出血。

需要注意的是，只有学会科学饮食，合理搭配，另外，配合适当的活动锻炼，保持心情舒畅，这样才能最大程度有利于肛肠健康。如果通过食物调整后，症状没有改善，请及时就诊，以免贻误病情。