

你的肛門癢嗎？

何謂肛門搔癢症？顧名思義，就是指肛門及其周圍皮膚會覺得癢的一種疾病。它有許多不同的原因，包括個人衛生、痔瘡、肛裂…等。其預防及治療方法也是從個人衛生做起，以下將簡單介紹其原因、症狀、預防及治療方法。

原因：

簡單可以分為原發性及繼發性兩大類。而原發性即為排除掉所有繼發性的可能原因。繼發性可以再區分為以下幾種：

- 一、感染：黴菌、性病到近來少見的寄生蟲等都有可能。
- 二、肛門周圍皮膚疾病：最常見的濕疹，到惡性腫瘤都有可能。
- 三、大腸直腸疾病：如克隆氏症。
- 四、肛門疾病：痔瘡、肛裂、瘻管等。
- 五、藥物：有些抗生素如奎寧，以及甘油球等。
- 六、系統性疾病：糖尿病即為常見的原因。
- 七、局部刺激物：這類主要和個人衛生有關，也是常見的原因。如滲便、肛門潮濕、肥皂、用太硬的衛生紙等等。
- 八、有些人則是因為心理的因素。

症狀：

肛門及肛門周圍皮膚覺得非常癢，大部分的病人可以在肛門周圍的皮膚發現有些病變，如苔蘚化。

預防及治療方法：

病人覺得肛門癢常常會不好意思來醫院求診，其實如果真的是非常癢，不要覺得不好意思，由醫生來幫你找出原因，對症下藥。這樣子你在外面也不會因為抓屁股而覺得不好意思了。

一般而言，大部分的病人都是局部清潔做的不好，所以，我們都建議病人從局部衛生做起，如果你不便到醫院，可以參考以下的愛屁手則：

- 一、最理想地大便是一天至少一次，拉肚子或是便秘都不好。
- 二、請勿使用肥皂清洗，因為肥皂會刺激皮膚。更不要在肛門周圍灑香水或殺菌劑。
- 三、每次排便後，小心謹慎地清洗，並溫和地保持局部的乾爽。假如你有泡盆那最好，如果沒有，你可以坐在浴缸的邊緣，用蓮蓬頭容易地清洗。要記得太熱的水會造成皮膚產生變化，進而引起肛門癢。假如你出外或是在工作，沒辦法用水沖洗時，請儘量用柔軟的衛生紙擦拭肛門，減少擦拭造成的傷害。
- 四、如果你有少量糞水從肛門滲漏的問題時，你可將一小塊棉花，用指尖溫和地清潔肛門口的殘餘糞水，最好能到醫院來找出為何會滲便的原因，加以處理。除此之外，利用適當溫度的吹風機，來保持沖洗後的肛門皮膚乾爽，也是非常重要的，而且也可以減少擦拭所造成的皮膚傷害。
- 五、如果你覺得癢到無法忍受時，請用手指輕輕的隔著衣物對肛門及周圍的皮膚按摩，切忌抓搔患部。

六、棉質的內衣褲，是最理想的材質，且應每天更換。女性應該穿長襪或開叉的緊身衣，而非密不透氣，容易讓人流汗的緊身衣。也應該避免緊密的褲子或牛仔褲，和長時間久坐在塑膠椅子上。

七、最後則是要避免一些刺激物，如煙、酒、咖啡，還有一些食物，如巧克力或海鮮類的代謝產物，有些人也會對它過敏而引起肛門搔癢。

通常經由以上的方法，大部分病人的症狀會改善，但還是有少數病人存在著其他的原因。如有的病人是嚴重的痔瘡、肛裂等。糖尿病患者應該要控制好血糖。對於一些找不出原因的病人，可以到門診來試著用一些局部的抗組織胺及類固醇，一部分的病人可以藉由這些局部的藥物而獲得改善。有極少部分的病人，對於上述的各項方法都沒有效果，這種通常是原發性肛門搔癢症的病人，我們試著對這類病人，施以肛門周圍皮下注射亞甲基藍，發現大部分的病人效果都不錯。

結論：

肛門癢讓人覺得不舒服，也使得我們的社交活動，因為抓搔肛門這種不雅觀的動作而受到影響。所以，當你覺得肛門癢時，可以試試我們介紹的愛屁手則，如果你願意，可以到門診來接受治療，讓你的肛門永遠不再癢。