

便秘的中医常识

2016-08-29原文

便秘指排便间隔时间超过48小时一次，并伴有排便困难。长期便秘，可以诱发其他疾病，甚至可导致急性心肌梗死、脑卒中等严重并发症的发生，所以便秘应及时防治。



由于形成原因不同中医将其分为五个常见的证型。不同证型需要不同的治疗方法和日常饮食调护。

1、实热便秘：因嗜酒或喜食辛辣厚味食物致口肠积热或热病之后耗伤津液造成肠道失调表现为大便干结、小便短赤、腹部胀满、按之疼痛、口干口臭甚至长口疮、身热面赤、舌红苔黄、脉滑数等。治宜泄热通腑，中成药可选用牛黄上清丸、牛黄解毒片等。不可食用辛辣、烧烤的食物，如辣椒、胡椒等。

2、气滞便秘：多因忧愁、思虑过度情志不畅或久坐少动而致。表现为大便秘结、欲便不得、腹中胀满而痛，暖气频作，舌苔薄腻，脉弦。中成药可用六磨汤口服液、木香顺气丸等。不可食用粘腻、不易消化的食物，如年糕、粽子等。

3、气虚便秘：常因劳倦过度，或病后产后及老年体虚者，中气不足，以致大肠传送无力而便秘。患者虽有便意，但每于临厕努挣而乏力、气短汗出；面色晄白，舌淡苔白、脉弱。中成药可选用补中益气丸。不可食用粘腻、不易消化的食物，如年糕、粽子等。不可食用生冷的食物，如冰糕、冰啤等。不可使用苦寒泻下之药物，如大黄、黄连、芦荟、龙胆草。

4、血虚便秘：由于阴血亏损而肠道津枯液少、大便干燥。患者表现有大便燥结如栗、面色萎黄无华、头晕目眩、心悸健忘、口干少津、五心烦热、舌红少苔、脉细数。中成药可用麻仁润肠丸、四物汤口服液。不可使用苦寒泻下之药物，如大黄、黄连、芦荟、龙胆草。

5、阳虚便秘：多发于老年体衰及久病者，表现为大便艰涩、排出困难，腹中冷痛四肢不温，腰膝酸冷，舌淡苔白，脉沉迟。中成药可用半硫丸、济川煎等。不可食用生冷的食物，如冰糕、冰啤等。不可使用苦寒泻下之药物，如大黄、黄连、芦荟、龙胆草。

中医科咨询电话：2238696 2238169

精选留言

暂无...