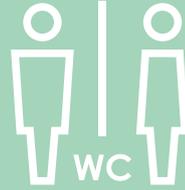


なかなか聞けない痔の悩み

こんな症状ありませんか？

- ・ 排便の後、トイレットペーパーや便器に真っ赤な血がつく
- ・ 肛門に痛みがある
- ・ 排便の後、肛門からイボのようなものが飛び出る
- ・ 排便の後もすっきりせず、残便感がある
- ・ 肛門周囲のかゆみがある



あなたの症状はなに痔？

内痔核 外痔核

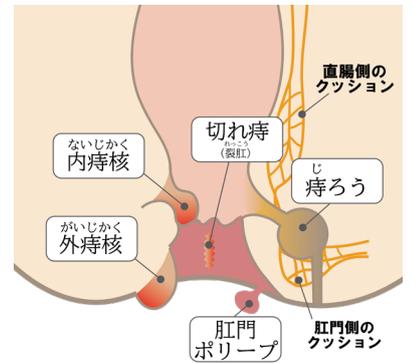
肛門に強い負担がかかることで、肛門を閉じる役割をするクッション部分が腫れる

切れ痔 (裂肛)

硬い便の排泄や下痢によって肛門が切れる

痔ろう

くぼみから細菌が入り込み、中で膿がたまる(肛門周囲膿瘍)のうよう
その膿が出たあとに肛門内部に通じる管が残った状態



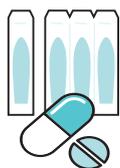
内外痔核の種類

| 分類 | | 主な症状 | 主な治療 |
|------|-------------|--|--------------|
| 内痔核 | I度 | 痔核の脱出・痛みはなく、排便時に出血する | 保存療法 |
| | II度 | 排便時に脱出するが、自然に戻る | 保存療法 手術療法 |
| | III度 | 脱出して、指で押し込まないと戻らない | 手術療法 |
| | IV度 | 指で押し込んでも戻らず出たままになり、粘液が染み出て下着が汚れる | 手術療法 |
| 激痛痔核 | 血栓性外痔核 | 肛門周囲に血栓(血まめ)が作られたもの 皮膚が破れて出血することがある | 保存療法 手術療法 |
| | かんたんじかく嵌頓痔核 | 痔核内に血栓が多くでき、脱出して腫れ、戻らなくなる | 保存療法 |



治療の種類～主に内外痔核の治療法～

●保存療法



食生活や排便・入浴習慣などのライフスタイルを改善して、痔の症状を悪化させないようにする「生活療法」が中心。補助的に「薬物療法」として外用薬や内服薬を処方します。

●手術療法

① ALTA 療法（内痔核 4 段階注射法）・・・日帰り手術



肛門の内側にある内痔核が対象。

1 つの痔核に 4 箇所注射を行い、痔核に流れ込む血液量を減らして小さくしていく治療法。

② 結紮切除術（半閉鎖法）・・・1 泊 2 日入院または日帰り手術



痔核に血液を送っている血管を縛り（結紮^{けっさつ}）、痔核を切り取る手術。

他にも小さなゴムを使ったゴム輪結紮^{わけっさつぼう}法や、垂れ下がった痔核をつり上げる PPH 法などがあります。

※痔核の発生部位や性状により適切な治療法を医師へご相談ください。



予防方法

痔の治療の基本は生活習慣の改善です。正しい生活習慣で痔の予防・悪化を防ぎましょう！



排便のポイント

1. 便意を感じた時に排便する
2. 排便時は力まない
3. おしりは清潔に（排便後は洗浄を）



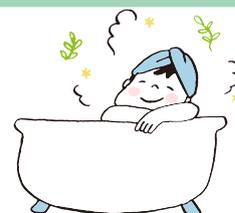
食事のポイント

1. 食物繊維をしっかり摂る
2. 十分な水分補給
3. 朝食をしっかり食べる
4. アルコール類、
香辛料を控える



その他のポイント

1. 適度な運動で腸を動かす
2. 長時間の座りすぎは避け、30 分に一度は立ち上がりおしりを浮かす
3. 毎日湯船に浸かるなどし、体を温める



こんな時は・・・

痛みがある場合は、肛門に力を入れないようにして、おしりを温めてみましょう
患部が熱をもっているように感じたら冷タオルなどで冷やしてみましょう



**痔核の治療は薬物療法や生活習慣の改善で軽快する場合があります。
一度肛門外科へご相談ください。**