

结肠易激综合症(Irritable Bowel Syndrome)

加拿大肿瘤中医防治中心

程 昭 博士

TCM Anti-Cancer Centre
Zhao Cheng R.TCMP, R.Ac., Ph.D.

结肠易激综合症，其特征是肠道功能的易激性。过去称为粘液性肠炎、结肠痉挛、结肠过敏、过敏性肠炎、易激肠炎等，现均已废弃。临床上十分常见，此病虽然呈良性经过，但由于发病率高，且影响患者的生活质量和工作，故在世界范围内受到广泛重视。

结肠易激综合症是最常见的肠道功能性疾病，人体的总体发病率在 5%~25%之间，以肠道生理功能紊乱为基础，以腹痛、腹泻、便秘为临床特征，主要病机为脾胃虚弱，运化失常，夹瘀夹湿，造成湿浊停留，内热蕴结。治疗应运用理肠、调胃、安神、健脾，清热利湿，理气止痛。

研究认为，本病症状发作或加重均与情绪紧张有关，焦虑、抑郁、激动、恐惧等情绪不安因素刺激机体，影响了植物神经功能，从而引起结肠和小肠的运动功能改变及分泌功能的失调。IBS 患者症状的发作与加剧与情绪紧张密切相关。如严重的焦虑、抑郁、紧张、激动和恐惧等因素影响植物神经功能调节，引起结肠运动与分泌功能障碍。国内等报告 IBS 因情绪紧张等因素诱发的占 45%

结肠易激综合症是临床常见的一种病症，以腹痛，排便异常（腹泻或便秘），或腹泻与便秘相交替为主要症状，多发生于 20—30 岁，女性多于男性，病程呈慢性经过，时好时坏，胃肠道非常敏感，任何的情绪紧张，不安，不适的食物，药物，以及激素等刺激，都可引起胃肠道痉挛收缩，导致腹痛，腹胀，腹泻或便秘。主要症状：

1 腹痛：腹痛为该病的主要症状，痉挛性腹痛或阵发性钝痛。腹痛常常由于饮食不适，饮用酒类，冷饮，咖啡或茶剂等刺激而引起，腹痛多伴有腹胀，肠鸣音亢进等腹部不适症状，腹痛可因排便而缓解或消除。腹痛反复发作，时好使坏，断续发作。

2 腹泻：腹泻多伴随腹痛而出现，腹泻多发生与凌晨或饭后，呈水样便或粘液便，一日数次或数十次，患者有便意时，即需上厕，急不可待，通常是“痛则泻，泻则安”。有的患者则表现为便秘，或腹泻与便秘相交替。

3 腹胀：患者自觉腹胀，腹胀可因排气或排便而减轻，但往往旋即又生。令患者痛苦不堪。查腹部膨隆，腹肌轻度紧张，腹部可触及可变化的移动性包块（痉挛积气的肠腔），这种包块可因排气或排便而减轻或消除。

4 全身症状：患者多伴有全身症状，贫血，失眠，疲劳，乏力，注意力不集中，记忆力减退，精神紧张，烦躁易怒，或情绪抑郁(Depression)等症状。许多患者怀疑为肠道肿瘤而不安，但胃肠道内窥镜(endoscopy)或血液检查多无异常发现。

5 鉴别诊断：本病需与大肠癌(Colon Cancer)或溃疡性结肠炎(Infamatory Bowel Disease)等疾病相鉴别。

本病的病因不明，属胃肠道功能失调性疾病，可能终身患有此疾，现代医学尚无根治之法。避免刺激性的饮食，解除精神紧张和忧郁，部分病人可使用止泻剂或付交感神经抑制药(Anticholinergic medications)，但并不易控制临床症状，为此，多数患者求助于中医治疗，数年来，前后治愈 20 余例此类病人，收到了较好的临床效果。

中医辨证此病多属肝脾不调为多，肝属木，司疏泄，主情绪；脾属土，司运化，主升降。肝恶抑郁，脾恶寒湿。本病多起于情志忧郁而致肝气郁结，肝木横克脾土，导使脾胃升降失和，而出现腹痛，腹胀，泄泻等症状。治疗则以疏肝和脾，温中止泻为要，常用痛泻要方和理中汤加减。

结肠易激综合征中医临床辨证：

脾胃虚弱型：症见餐后即泻，大便时溏时泻，夹有粘液，便次增多，腹痛隐隐，肛门坠胀，脘闷不舒，纳差肢倦，面黄无华，知淡、苔白，脉细弱缓。治以健脾益气、和胃渗湿。

脾肾阳虚型：症见清晨泄泻，便下清稀，完谷不化，便后腹痛不减，腰膝酸软，形寒肢冷，舌淡胖、苔白，脉沉细迟。治以温补脾胃、固涩止泻。

肝郁气滞型：症见腹痛便秘，欲便不畅，便下艰难，后重窘迫，脘腹胀闷，肋肋胀满、窜痛、矢气可缓，恼怒忧虑易发，暖气呃逆，纳差，苔薄，脉弦细。治以顺气行滞，降逆通便。

肝脾不和型：常因恼怒或神紧张而发病或加重。症见肠鸣矢气，腹痛即泻、泻下不多、泻后痛缓，伴少腹拘急、胸肋胀满、暖气少食、便下粘液等。舌淡红、苔薄白，脉弦细。治以抑肝扶脾、调和气机。

瘀阻肠络型：症见泄泻日久，大便粘滞，或干或溏，泻后不尽，腹部刺痛，痛有定处，按之痛甚，面色灰滞。舌质暗红或紫暗，脉弦细涩。治宜化瘀通络，和营止痛。

理疗针灸等：腹部按摩、热敷、超短波等可减轻症状，针灸可取足三里、关元、气海、中脘、三阴交、胃俞、大肠俞。此外，气功疗法对本病亦有疗效。

病案举例：男，56岁，2002年2月6日初诊，自述由于长期工作劳累，精神紧张，患有失眠，Depression，高血压等病，尽十年来患有腹痛，腹胀，腹泻，晨起则泻，食后则泄，泄则痛减，如欲上厕，则迫不及待，一日十余次，历经多种西药治疗，毫无改善，经友人介绍而来诊所试治。诊其肝脉玄紧，脾脉沉细，舌苔白腻，症属肝郁脾虚，病人虽有多种疾病，但以解决腹痛腹泻为首要，方疏：陈皮，白芍，白术，防风，葛根，干姜，元胡，香附，黄芩各10g，用冲剂。

此方取其寒温并用，生清降浊，疏肝和脾止痛的目的。每日一剂，服药一周后，腹泻减为 2—3 次，失眠得到改善，患者对中医治疗的信心大增，继续调整用药，一月后，腹痛腹泻痊愈。3 个月后，患者的高血压和忧郁症也得到了改善，患者高兴地对我说“我从来没有象现在这样轻松和高兴”。

Symptoms

- Abdominal bloating and excessive quantities of gas
- Abdominal pain, often on lower left side, relieved by defecation or passing gas
- Diarrhea may be most severe on waking and may alternate with inconsistent constipation that may produce rabbit pellet stools
- Feeling that bowel is not completely empty
- Mucus passing during defecation
- Nausea and Vomiting
- Often full and not finishing meals

