



## ความลับใกล้ตัว...โรคริดสีดวงทวารหนัก

พจ.ธนียฐา จิรัฎฐิตกาล (谢桂英)

ริดสีดวงทวารหนักเป็นโรคที่พบบ่อยมากโรคหนึ่ง คนจีนสมัยก่อนถึงกับมีคำพูดที่ว่า “ใน 10 คนเป็นริดสีดวงทวารหนัก 9 คน” ( “十人九痔” ) ซึ่งโรคริดสีดวงทวารหนักเกิดจากการขดโป่งพองของหลอดเลือดที่ผนังเยื่อหูทวารหนัก อาการโดยมากมักมีเลือดสดเคลือบอุจจาระออกมาหรือมีเลือดติดกระดาษชำระ เมื่อเป็นมากขึ้นริดสีดวงทวารหนักจะโผล่ออกมาเวลาเบ่งถ่ายอุจจาระ ไอ จามหรือยกของหนักจนกระทั่งไม่สามารถดันกลับเข้าไปได้ โดยทั่วไปหลังถ่ายอุจจาระไม่มีอาการเจ็บปวด (นอกจากมีการอักเสบร่วมด้วย) ยกเว้นในพวกที่เป็นริดสีดวงทวารหนักแบบภายนอก แต่ทั้งนี้เมื่อมีอาการควรไปพบแพทย์เพื่อทำการวินิจฉัยอาการแยกแยะกับโรคอื่นด้วย เช่น ภาวะไส้ตรงปลิ้น ตังเนื้อในลำไส้ใหญ่ โรคมะเร็งลำไส้ใหญ่ เป็นต้น ผู้ป่วยโรคริดสีดวงทวารหนักถ้าได้รับการรักษาตั้งแต่แรกเริ่ม ใช้เวลาเพียงไม่นานก็หายได้ แต่ถ้ายิ่งปล่อยไว้ก็ยิ่งรักษายากขึ้นตามลำดับและเสี่ยงต่อการเกิดโรคแทรกซ้อนอื่นๆ อีกด้วย เมื่ออาการของโรคริดสีดวงทวารหนักขั้นสุดท้ายอาจต้องรับการรักษาโดยการผ่าตัดในที่สุด

**สาเหตุของการเกิดตามหลักแพทย์แผนจีน** ส่วนมากเกิดจากอวัยวะภายในพร่อง ประกอบกับการยืนหรือนั่งนานๆ เดินทางไกล ยกของหนัก ท้องผูก ท้องเสียเรื้อรัง การนั่งถ่ายอุจจาระนานๆ หรือทานอาหารรสจัดเกินไป ทั้งหมดทำให้เกิดการทำงานของอวัยวะภายในขาดความสมดุล ทำให้ลม ความแห้ง ร้อน ขึ้น (ตัวการทำให้เกิดโรคตามหลักแพทย์แผนจีน) เคลื่อนลงไปทีลำไส้ใหญ่ อุดกั้นอยู่ที่รูทวาร ส่งผลให้เลือดลมบริเวณนั้นติดขัด เส้นเลือดคั่งล้นเนื้อเยื่ออ่อนคลายเกิดเป็นริดสีดวงทวารหนัก เมื่อเกิดไปนานๆ ซี่พร่องอวัยวะภายในอ่อนแอลงไม่สามารถรั้งไว้ได้ ริดสีดวงทวารหนักจึงโผล่ออกมาภายนอก

การรักษาตามหลักแพทย์แผนจีน ใช้การทานยาจีนควบคู่กับยาใช้ภายนอก เช่น ยาทา ยาแช่ ยาประคบ เป็นต้น ซึ่งเป็นการรักษาสมดุลร่างกายควบคู่กับรักษาเฉพาะที่ โดยเน้นทั้งรักษาและฟื้นฟูร่างกายไปพร้อมกัน

### คำแนะนำและการป้องกัน

1. ฝึกอุปนิสัยในการถ่ายอุจจาระให้ถ่ายเป็นเวลาและไม่นั่งถ่ายนานเกิน 5 นาที หรือเบ่งนานๆ
2. พยายามอย่าให้ท้องผูกหรือท้องเสีย
3. หลีกเลี่ยงการนั่งหรือยืนนานๆ
4. ทานอาหารที่มีเส้นใยสูง ดื่มน้ำมากๆ หลีกเลี่ยงการรับประทานอาหารรสจัด

**หมายเหตุ:** เอกสารนี้เป็นลิขสิทธิ์และทรัพย์สินทางปัญญาของหัวเฉียว แพทย์แผนจีน

ใช้เผยแพร่เพื่อเป็นวิทยาทานความรู้แก่ประชาชน

ห้ามมิให้คัดลอกในเชิงพาณิชย์โดยไม่ได้รับอนุญาตทุกกรณี

**注意:** 这份文件的版权和知识产权属于华侨中医院，仅对外宣传和传播科普知识所用。禁止擅自用于任何形式的商业谋利。

Attention: The copyright and intellectual assets are belonged to the Hua Chiew (TCM) Clinic for public knowledge only. It is prohibit to copy for commercial purposes in all cases without permission.

กรุงเทพฯ : เลขที่ 14 ซอยนาคเกษม แขวงคลองมหานคร เขตป้อมปราบศัตรูพ่าย กรุงเทพฯ 10100

โทรศัพท์ : 02-223-1111 ต่อ 102 โทรสาร : 02-223-1251

เปิดทำการทุกวัน ( ยกเว้นวันหยุดนักขัตฤกษ์ ) ตั้งแต่เวลา 08.00 - 16.00 น.

โคราช : เลขที่ 2 ถนนมิตรภาพ (โค้งวัดศาลาลอย) ตำบลในเมือง อำเภอเมือง จังหวัดนครราชสีมา 30000

โทรศัพท์ : 044-258-555 มือถือ : 085-325-1555 / 085-325-2555

เปิดทำการทุกวัน ( ยกเว้นวันจันทร์ และ วันหยุดนักขัตฤกษ์ ) ตั้งแต่เวลา 08.00 - 16.00 น.