

小兒長時間便秘 對身心發展容易造成許多不良影響

～奇美醫學中心中醫藥治療小兒便秘 標本兼顧可獲良好效果

奇美醫學中心中醫部主任 許堯欽博士



主講者中醫部主任許堯欽博士及其講題

便秘，是兒童最常見的腸胃道功能障礙之一。造成小兒便秘的常見原因包括：(1)腸道的器質性疾病，如：慢性結腸梗阻、先天性巨結腸症、腸道外腫瘤、腦與脊髓病變、慢性全身性疾病。(2)功能性便秘：如便秘型大腸激躁綜合征 (Irritable Bowel Syndrome)。(3)長時間的飲食偏差(大人餵養習慣不佳或小孩偏食)，導致營養偏差，造成腸蠕動功能減弱。(4)情緒的改變(生活環境的

急遽變化，或人際關係的疏離，造成小兒精神上的焦慮緊張)，導致自律神經失調，腸蠕動功能的減弱而便秘。

長時間的便秘，對於小兒的身心發展容易造成許多不良的影響，包括：

- (1)食欲不振，進而影響成長發育。
- (2)排便過度用力，進而引起肛裂出血。
- (3)因便秘腹痛日久不癒，導致焦慮煩躁，影響其學習注意力與人際的互動關係。

在門診，常見到許多焦慮的母親帶著長年便秘的小朋友四處求醫，因為整腸的藥物也吃了，蔬菜水果都吃了，甚至於也喝了益生菌、酵素，小朋友的便秘仍然未見改善。眼見小朋友食欲就是不好，面黃肌瘦，精神疲憊，成長發育開始落後同齡的小孩，讓家長的心裡更顯著急。

其實，運用中醫藥來處理小兒便秘，經常可以獲得良好的效果。隋朝【諸症源候論 小兒雜病諸候】對於小兒便秘的病機就有很務實的描述：「小兒大便不通者，臟腑有熱，乘於大腸故也。脾胃為水谷之海，水谷之精華化為水氣，其糟粕行於大腸。若三焦五臟不調和，熱氣歸於大腸，熱實，故大便燥澇不通也。」



許堯欽主任提醒，調整飲食習慣，教育與關懷患兒，才能身心健康。

可見，小兒便秘與脾胃大腸的氣機通暢、還有五臟六腑的津液多寡有密切關聯。我們在中醫門診就經常運用健脾理氣、生津潤腸的方法治好這些久年便秘不癒的小朋友。以下介紹幾個臨床實例，其中已經陸續整理投稿，登載於國內醫學期刊。

例一：便秘合併腸阻塞

女孩，一歲四個月，先天性巨結腸症已經手術治療。換配方奶後，不明原因反覆腸炎與腸阻塞，住院二十次，已經雙向造口處置。現面少華偏白，食慾不佳，山根帶青，腹脹氣與嘔吐。肛門解出便塊帶黃綠後隔日就嘔吐。腹瀉與便秘交替發生。腹扣之鼓音，排便量少，經常需要灌腸才能解便。身高 77cm，體重 10.3kg，已經三個月體重未增加。

目前每餐餵食 150cc 配方奶。 GA:39=wks C/S BBW;3825 BBL:52 。脈沉無力。中醫辨證為脾虛肝鬱，夾有食積。處方以參苓白朮散合小柴胡湯加減，配合請父母每日後背俞穴按摩。經調理兩周後，患兒已可自己解便，不需灌腸，三周後食欲開始進步，一個月後體重開始增加。

例二：

女孩，六歲，間歇性腹痛已多月，口臭，便秘，大便呈羊屎狀質硬，量少，3~4日1行。面黃體瘦，身高101cm，體重13.5kg。闕中青筋暴露。食慾差，每餐僅吃半碗飯。稍微多食就腹痛腹脹欲吐，配合服用益生菌，仍然易腹痛腹脹。容易出汗。腸套疊病史，出生後就便秘腸絞痛，至一歲方癒。睡眠佳，10點就寢。



許堯欽主任表示小兒長時間便秘對身心發展容易造成許多不良影響奇美醫學中心中醫藥治療小兒便秘標本兼顧可獲良好效果。

剖腹產，GA:36週，BBW：2400克 BLL：45cm。脈細數；舌紅苔薄少津。中醫辨證為脾陰虛內熱，肝鬱氣滯。處方以甘露飲為主，佐以小柴胡湯與桃仁、天花粉、厚朴、青皮等藥物。經調理二週後，腹痛次數減少，排便漸軟，不會硬如羊屎。一月後，大便量增加，一周可解2~3次。二個月後，大便已呈條狀，每周可解3~4次。食量開始增加。

例三：便秘合併異位性皮膚炎

女孩，十一個月。便秘已數月，排便不暢三日一行，食欲不佳，餵乳量少，150cc/4hrs。異位性皮膚炎，出生後三個月即發病，週身大面積皮疹，頭皮乾屑大片，兩面頰搔抓泛發紅疹，手足皮膚密集紅疹，搔抓破皮，晚上會因皮膚搔癢而哭鬧。體重10kg，出生史：GA:38wks，BBW:2915gm，BBL:47cm。苔薄，舌淡紅，脈數。

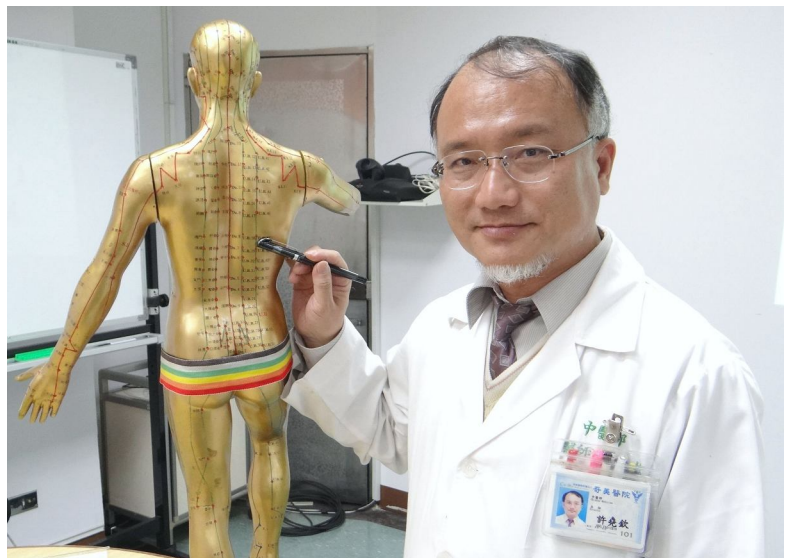
中醫辨證為脾胃濕熱，外泛肌膚。處方以涼膈散與甘露飲加減丹皮、石膏清熱藥物。經調理二周，排便較軟，餵乳量由150增加為180cc/4hrs。手足皮膚的紅疹

開始消退，頭皮乾屑較少。一個月後排便增加為一周 3 次，手足與頭皮的紅疹明顯消退。經中藥調理後，不只排便功能進步，連異位性皮膚炎也隨之改善。

例四：便秘合併腦性麻痺 (台灣中醫醫學雜誌，10(2)：57-63，2011)

女孩，八歲。這是一位腦性麻痺的女童，自幼罹患便秘，大便硬而粗大，常臍腹痛，排便 2-3 日一行。未服藥物控制。望之兩頰稍紅，嘴唇紅，步行時手足擺動較僵硬不自然。問之出生時早產，體重僅 1470gm，且缺氧，合併先天性大腦白質空洞化、視力與聽力障礙，有肢體功能障礙與語言功能障礙，且合併腎臟水腫、二便不能自通，嬰兒期餵食母乳，就容易脹氣。

意識清楚但情緒不穩定，上課常走動、大叫、或隨意躺下，需家長伴讀。四歲時有熱痙攣病史。平時易口糜。眠中易磨牙，睡眠中會說夢話。觸之手心熱。按之腹不痛。脈細弦數，左脈沈細無力。中醫辨證屬鬱熱傷津便秘。治則採清熱生津潤腸。處方以小柴胡湯合甘露飲加減。服藥十日後回診反應腹痛、皮膚紅癢疹與夜眠磨牙均有改善。



許堯欽主任說：中醫治療小兒便秘，除了吃藥改善體質可有效促進腸道蠕動外，配合正確的按摩推拿手法也常能發揮不錯的輔助效果。

第二次回診時反應已經可以每日自己排便順暢，腹痛已少。口內糜已無，夜眠磨牙減少，皮膚小紅疹搔癢已無。熱邪得清，津液得潤，大腸傳導功能得以恢復。此後均在此大原則之下臨症加減，至今仍在中醫門診追蹤。

按摩推拿手法有效輔助腸蠕動

中醫治療小兒便秘，除了吃藥改善體質，可以有效的促進腸道的蠕動之外。配合正確的按摩推拿手法也是常能發揮不錯的輔助效果。包括：

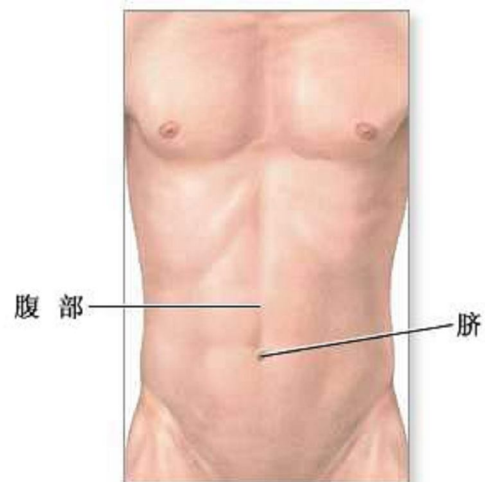
(1)對於人體背部的肝膽脾胃俞穴區域(第八節胸椎至第十二節胸椎旁開 1.5 至 3 吋的區域)進行推拿或指壓。每次 5-10 分鐘，每天三次。

(2)蹲馬桶時，順著肚臍(神闕穴)周圍腸道的走向(順時鐘方向)給予輕柔的按壓，都會有效的達到促進腸蠕動的效果。

背俞穴區域的按摩



神闕穴周圍的按摩



www.familydoctor.com.cn

調整飲食習慣，教育與關懷患兒，才能身心健康

奇美醫學中心中醫部主任許堯欽博士表示：建議應該適當的調整改變餵養習慣、改變飲食內容、加強營養補充、加強關心與輔導小兒心理問題，教育養成良好的排便習慣，才能夠標本兼顧的矯正小兒便秘。



許堯欽主任記者會後接受媒體專訪