

中药灌肠——药达病所

将辨证熬制的中药汤剂（温度适宜）通过导管缓慢注入直肠并保留。药物直接作用于直肠及肛管局部，能快速缓解痉挛、消炎止痛、改善局部循环。尤其适合疼痛剧烈或口服药效果不佳者。

针灸疗法——通络解痉

体针：常取穴八髎、长强、会阴、秩边、承山、三阴交、太冲等。通过刺激穴位，调节神经功能，有效松弛盆底肌肉痉挛，显著缓解疼痛。

艾灸：对寒证或阳虚患者，在如关元、气海、肾俞等穴位施灸，能温通经络，散寒止痛。

熏洗坐浴——温通散寒

中药坐浴：选用活血化瘀、行气止痛的中药煎汤，趁热先熏后坐浴肛门局部。温热效应结合药力，促进血液循环，放松肛周肌肉，缓解痉挛性疼痛。

物理热疗：在医生指导下，使用红外线、特定电磁波（TDP）等照射腰骶或会阴部，也能起到温通止痛的效果。

康复关键：身心同治

- 心理干预：认知行为疗法（CBT）打破“疼痛—焦虑”恶性循环；
- 生活调整：管理压力、调节情绪、避免久坐、每日温水坐浴、练习腹式呼吸；
- 饮食禁忌：少吃辛辣、豆类等产气食物。

肛门疼痛莫惊慌，查明原因是关键，中医疗法解痉挛，身心同调保安康！

功能性肛门痛严重影响病人生活质量，切勿因羞于启齿而忍耐。及时就诊，明确诊断。若您希望尝试中医治疗，可前往通大附院中医科寻求专业帮助。

欢迎有需要的患者前来咨询就诊！

南通大学附属医院（西院区）门诊八楼中医科门诊

南通大学附属医院（东院区）门诊二楼 29 区中医科门诊