

患了“痔”会有怎样的表现？

内痔主要表现有脱出以及出血。其常见的症状为便后出血，特点是间歇性、鲜血以及无痛感，形式有喷血、滴血以及手纸上带血，若食用刺激性食物或大量饮酒的话会使便血的症状加重，当出血严重时就会引发贫血。有部分患者会出现排便困难现象，当内痔合并发生血栓、嵌顿以及感染时，患者会出现疼痛现象。

内痔分为四度

- I 度只有排便时出血，痔核较小不脱出肛门外；
- II 度既有便血又有痔核脱出，但便后能自行还纳；
- III 度痔核脱出于肛门外无法自行还纳，需用手辅助才可还纳；
- IV 度最重，痔核脱出后不能还纳或又脱出。

外痔

痔处于肛门外部，平时没有明显症状，偶尔排便时伴有瘙痒或疼痛症状。而比较常见的外痔有炎性外痔以及结缔组织外痔，出现血栓性外痔会有比较明显的疼痛，有时血栓较小疼痛不明显，但它位于肌肉组织处也会让人很不舒服，异物感明显。

混合痔

兼有内痔和外痔的症状。

如何做好“痔”的预防呢？

养成良好的排便习惯，保持大便通畅，防止便秘或泄泻，按时如厕不憋便。

在排便时不要太用力，尽量顺其自然，若用力排便的话会增加不必要的压力，从而引发痔疮，严重时还会使痔疮恶化。大便的最佳时间是早晨起床后和早饭后 20 分钟左右，蹲姿排便被认为是自然排便的姿势。尽管现代卫生设施通常使用坐便器，可以使用蹲姿的模拟器具或将脚垫