

# 痔 の知識

痔の治療のための正しい知識



監修：岩垂純一診療所 所長 岩垂 純一 先生

# 痔とは

肛門と肛門周辺の病気の総称です。

「日本人の3人に1人は痔に悩んだことがある」といわれるほど、非常に身近な病気の一つです。

**痔の種類** 大きく分けて三つのタイプがあります。

## 痔核

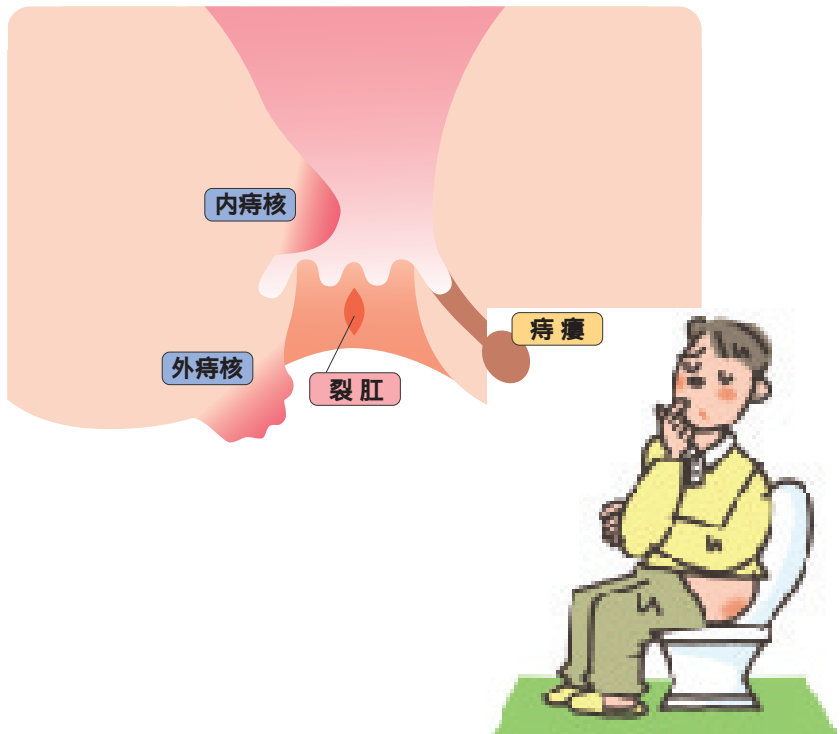
肛門に強い負担がかかることで、肛門を閉じる役割をするクッション部分が腫れる。内痔核と外痔核がある。

## 痔瘻

歯状線のくぼみから細菌が入り込み、中で膿がたまり(肛門周囲膿瘍) その膿が出たあとに肛門内部に通じる管が残った状態。

## 裂肛

硬い便の排泄や下痢によって肛門が切れる。



## 肛門の構造

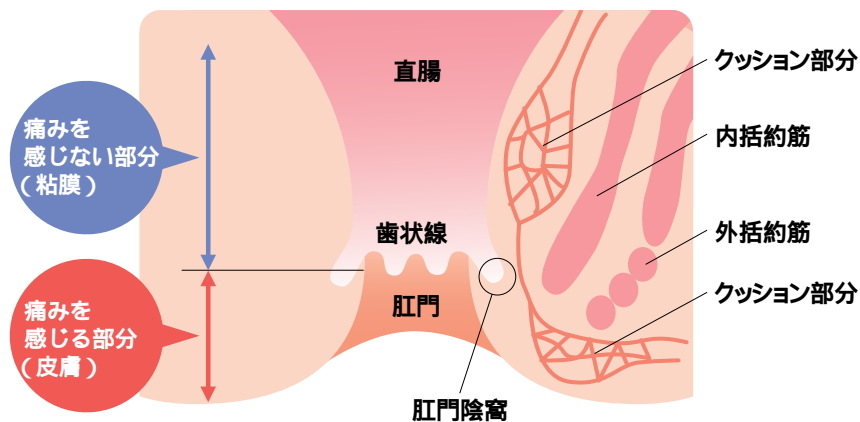
歯状線しじょうせん：直腸(粘膜)と肛門(皮膚)の境目。

肛門陰窩いんか：歯状線のところにあるくぼみ。

括約筋かつやくきん：肛門を閉じる働きをする筋肉。内括約筋と外括約筋がある。

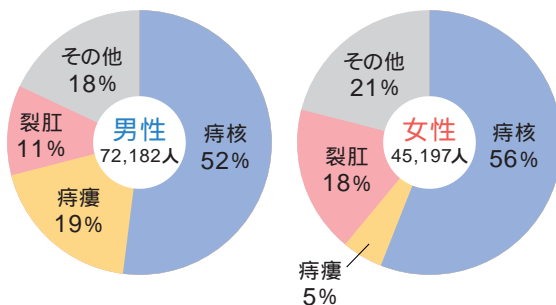
肛門のクッション：網目状に広がった血管があり、弾力性に富んだ部位。

肛門をピタリと閉じる。



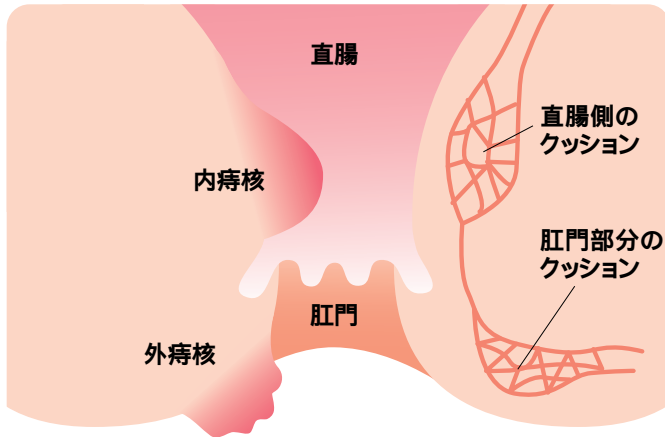
## 痔の性別発症頻度

便秘やストレス・生活スタイルの違いなどにより、なりやすい痔のタイプには男女で少し違いがあります。また、最近では女性の受診者数が増えています。



# 痔核

痔のなかでもっとも多く、男女とも患者の半分以上を占めます。痔核には、直腸側のクッションが大きくなった内痔核と、肛門部分のクッションが大きくなった外痔核があります。普通、痔核というと内痔核を指します。



## 原因

いきみの繰り返し、便秘、激しい下痢、重い物を持ったときなどに肛門に負担がかかり、クッション部分が大きくなるために起こります。痔核が大きくなると肛門から脱出ようになります。



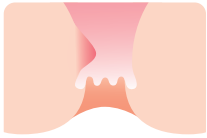
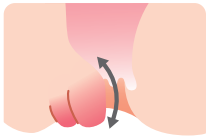


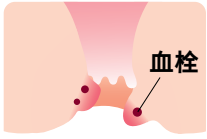
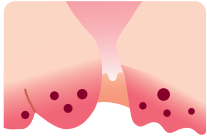
## 症状

排便したときに血が出る、便が残っている感じがする、肛門から痔核が外へ出ているなど。



## 分類

内痔核は、脱出の程度により Ⅰ ～ Ⅳ 度に分類されます。また、激しい痛みを伴う痔核としては、「血栓性外痔核」と「嵌頓痔核」があります。詳しい治療法については次のページをご覧ください。

分類		主な症状		主な治療法
内痔核	Ⅰ度		痔核の脱出はない。 痛みはなく、排便時に鮮血を出血することが多い。	<b>保存療法</b>
	Ⅱ度		排便時に脱出するが、自然に戻る。	<b>外来処置</b>
	Ⅲ度		脱出して、指で押し込まないと戻らない。	<b>手術療法</b>
	Ⅳ度		指で押し込んでも戻らず、出たままの状態となる。 粘液がしみ出て下着が汚れる。	<b>手術療法</b>
激しい痛みを伴う痔核	血栓性外痔核		肛門周囲に血栓( 血の塊 )が作られたもの。 皮膚が破れて出血することがある。	<b>保存療法</b>
	嵌頓痔核		痔核内に血栓が多くでき、嵌頓状態( 脱出して腫れ、戻らなくなる )となったもの。	<b>保存療法</b>

## 治療

痔核の治療の基本は保存療法です。保存療法を行っても出血がひどい場合や脱出によって日常生活に支障をきたす場合は、外来処置や手術を行います。手術を必要とするのは、痔核の患者さんの1~2割程度です。

## 保存療法

食生活や排便習慣などのライフスタイルを改善して、痔の症状を悪化させないようにする「生活療法」が中心です。補助的に「薬物療法」も行います。

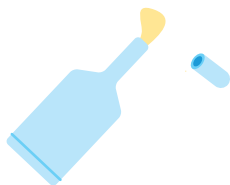
P17、18の「日常生活におけるポイント」をご覧ください。

## 薬物療法

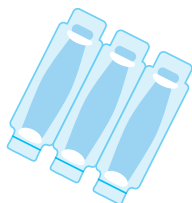
外用薬と内服薬を使用します。

外用薬 痛み、腫れ、出血を抑える薬

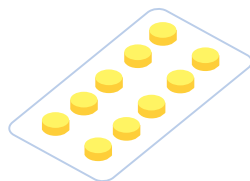
## 軟膏



## 坐薬

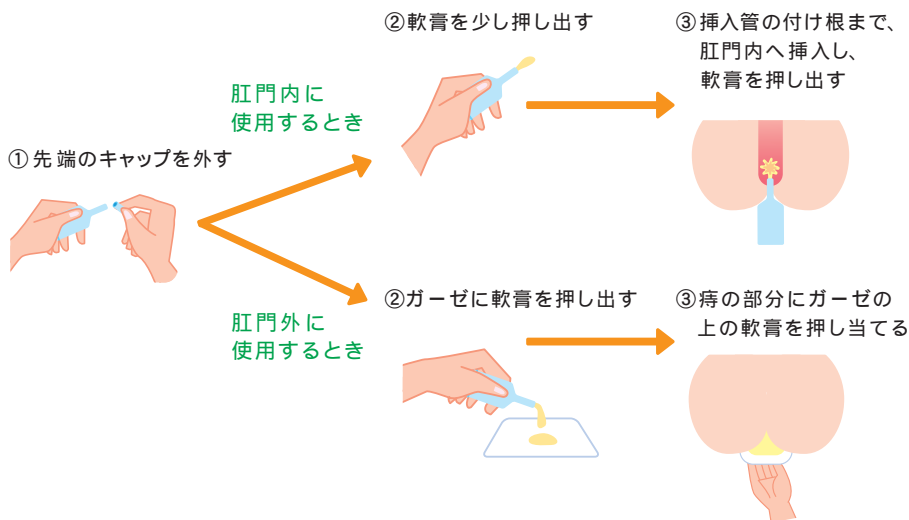


内服薬 便をやわらかくする薬  
炎症を抑える薬  
抗生物質など

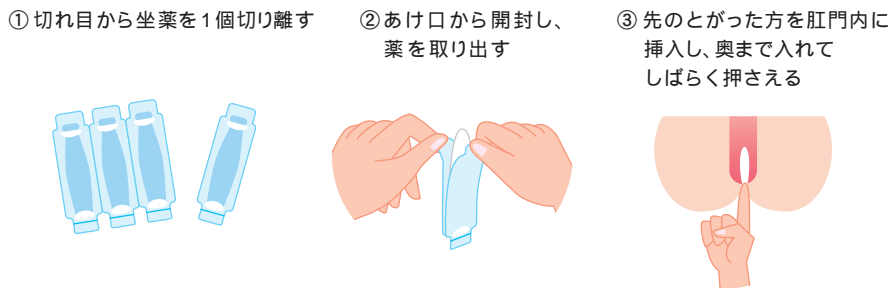


注射による薬物療法はP7をご覧ください。

## 軟膏の使い方



## 坐薬の使い方

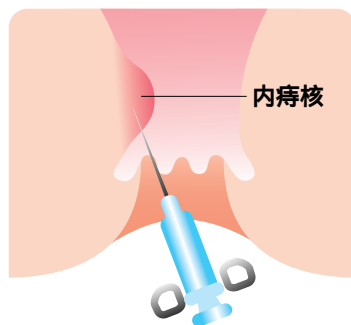


外来  
処置

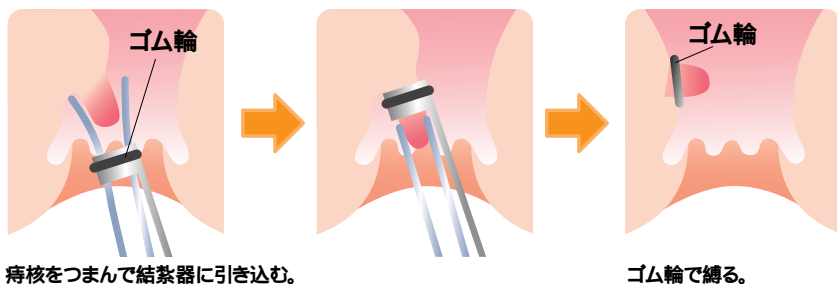
## 【注射療法】

## PAO 注

痔核の根元に硬化剤を注射して、痔核を硬化・縮小させます。出血を抑える効果があります。効果は半年から1年程度です。

【ゴム輪結紮療法】  
けっさつ

痔核の根元にゴム輪をかけて徐々に締め付けて痔核を脱落させます。1～2週間で痔核は取れます。傷も残さずに処置ができます。痔核の大きさやできた場所によっては処置が不可能な場合もあります。



痔核をつまんで結紮器に引き込む。

ゴム輪で縛る。



## 手術療法

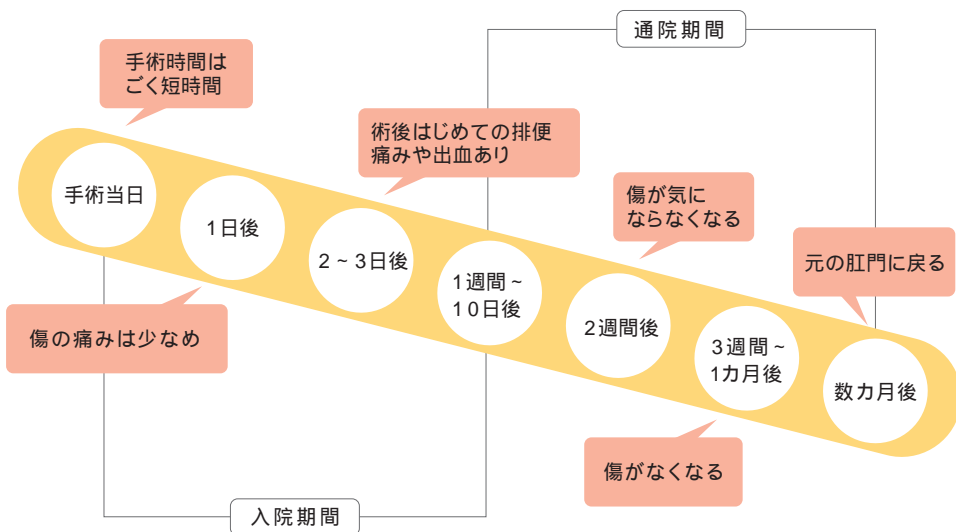
## 【結紮切除術】

痔核に血液を送っている血管を縛り(結紮)痔核を切り取る手術です。痔核を切除したあとの傷口をそのまま開放しておく「開放法」と、その後に傷口を縫ってしまう「半閉鎖法」があります。



手術自体はごく短時間で終わりますが、むくみや痛みなど術後2、3日目にピークがあらわれます。

それに備えて1週間～10日前後の入院が勧められます。

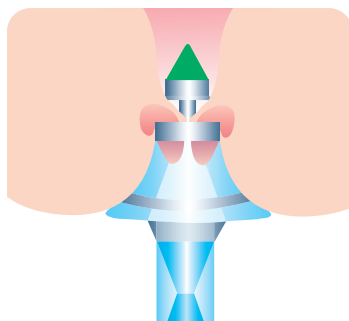


## 【PPH法】

脱出した部分を(肛門内に)戻して生じた直腸のたるんだ部分を器械吻合器を用いて切除と縫合を同時に行います。術後の痛みが少ないのが特徴で、また、跡も残りにくく、排便にも支障はありません。

一般的に3～4日の入院が必要ですが、早期の退院・社会復帰が期待できます。

広い範囲で、括約筋の一部まで切除するため、脱出する痔核でも全周性のものに適応となります。また、外痔核の大きなものには効果がありません。



切除と縫合を  
吻合器が同時に行う。

## 【ALTA注】

すべての痔核に適応できるわけではありません。

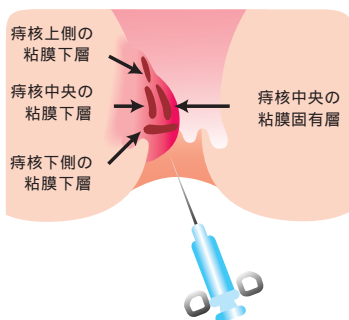
従来、結紮切除術が必要とされていた脱出を伴う内痔核または外痔核の大きくない内外痔核に対して行うことができます。

結紮切除術と同程度の効果が得られ、再発率も低い方法です。

痔に流れ込む血液の量を減らし、痔を硬く縮小して粘膜に癒着・固定させる薬剤を注射します。

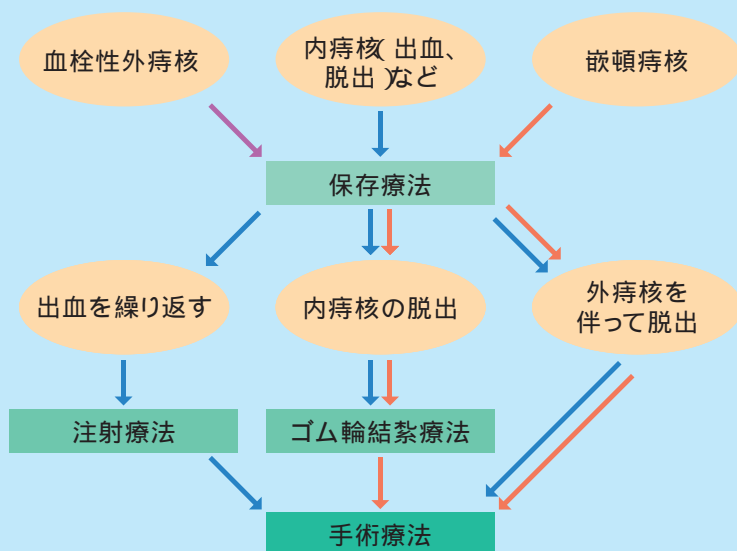
痛みや出血はほとんどありません。注射直後から痔核の脱出はなくなります。

施設によって、日帰り手術か2～3日の入院が必要です。



麻酔で肛門周辺の筋肉を緩めたあと、痔核の①～④に注射する。

## 治療の進め方



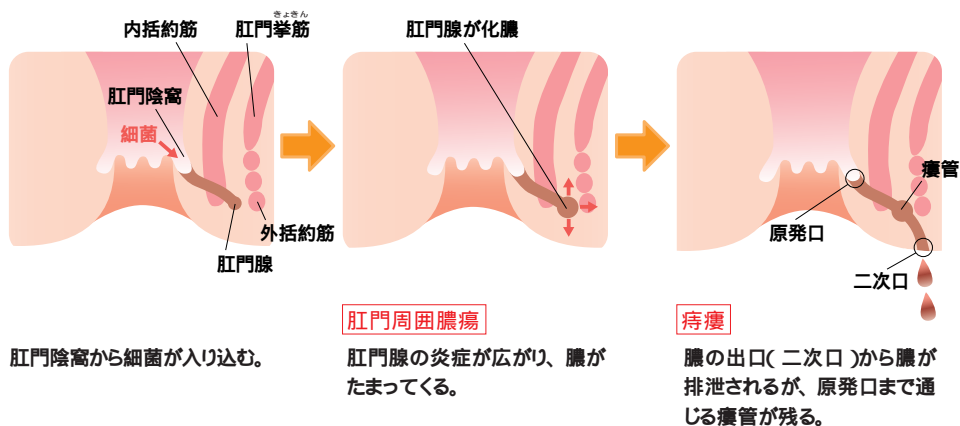
# 痔瘻

男性に多い痔です。

まず肛門周囲膿瘍ができてから痔瘻へと進んでいきます。

## 原因

肛門陰窩から細菌が入り込むと、肛門腺が化膿し、その炎症が肛門周囲に広がって膿瘍になります(肛門周囲膿瘍)。これが自然に破れるか切開することにより、膿が排泄されます。そのまま治る場合もありますが、約半数の方は膿の管(瘻管)が残った状態となります。これを「痔瘻」といいます。ストレスやアルコールの摂取などによる下痢が原因であると考えられています。



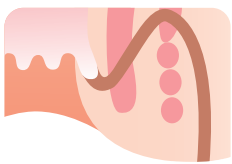
## 症状

肛門周囲膿瘍の場合、38～39の発熱、激しい痛み、腫れがみられます。痔瘻は、膿が出て下着が汚れます。膿の出口がふさがり、再び膿がたまると肛門周囲膿瘍と同様の症状になります。



## 分類

痔瘻は、瘻管の伸びる方向により分類され、それぞれに治療法が異なります。詳しい治療法については次のページをご覧ください。

分類		病巣の深さと特徴	主な治療法
浅部（単純）痔瘻	低位筋間痔瘻	 <p>内括約筋と外括約筋との間を下に伸びる。痔瘻の約6割を占める。</p>	<b>瘻管が後方にある場合は「切開開放術」</b> <b>瘻管が前方や側方にある場合は「括約筋温存手術」あるいは「シートン法」</b>
	高位筋間痔瘻	 <p>内括約筋と外括約筋との間を上伸びる。二次口がないため排膿されない。痔瘻の1割弱にみられる。</p>	<b>「括約筋温存手術」</b>
深部（複雑）痔瘻	坐骨直腸窩痔瘻	 <p>外括約筋を越えて肛門拳筋の下のほうまで伸びる。肛門の後方を複雑に走行する。痔瘻の約3割を占める。</p>	<b>「肛門保護手術」</b> （一種の括約筋温存手術）
	骨盤直腸窩痔瘻	 <p>肛門拳筋の上に伸びる。直腸狭窄を起こしやすい。ごくまれにみられる。</p>	<b>治療が大変困難で、手術をして人工肛門になる場合もある。</b>

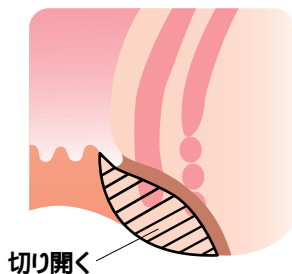
## 治療

肛門周囲膿瘍は腫れている部分を切開し、膿を出します(入院は必要ありません)。瘻管が残り痔瘻になった場合は、根治手術を行います。手術を必要とするのは、痔瘻の患者さんの約4割程度です。場合によっては、肛門周囲膿瘍の段階で痔瘻の根治手術を行うこともあります。

### 手術療法

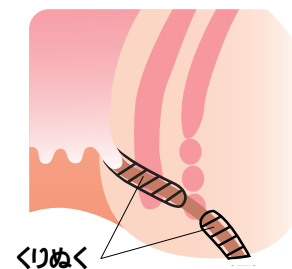
#### 【切開開放術】

瘻管を切開してそのまま縫合せずに開放する手術で、lay open法ともいいます。肛門後方部であれば、括約筋を切除しても肛門の機能には影響しません。再発がほとんどみられない手術です。



#### 【括約筋温存手術】

括約筋を切断せず、なるべく傷つけないように行う手術です。くりぬき法といって、瘻管だけをくりぬく方法などがあります。入院が必要となります。



### その他の処置

#### 【シートン法】

瘻管の原発口から二次口へゴム糸を通して縛り、徐々に瘻管を切開して開放する方法です。肛門の変形が少なくてすみます。外来で行う場合と入院が必要な場合とがあります。



# 裂肛

女性に多い痔です。特に20～40歳代に好発します。

## 原因

硬い便の排泄や勢いよく出る下痢などにより、肛門の皮膚が切れてしまいます。

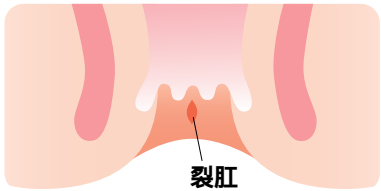
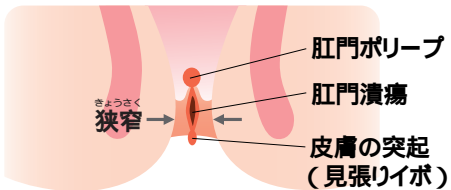
## 症状

出血は少量で、排便後もしばらく続く痛みが起こります。慢性化すると潰瘍になり、肛門が狭くなってしまふことがあります。



## 分類

裂肛は、急性期と慢性期に分類されます。詳しい治療法については次のページをご覧ください。

分類	主な症状	主な治療法
急性期	 <p>裂肛</p> <p>排便時に紙につく程度の出血と痛みがみられる。 排便後もズーンとする痛みが続く。</p>	保存療法
慢性期	 <p>肛門ポリープ 肛門潰瘍 皮膚の突起 (見張りイボ)</p> <p>きょうさく 狭窄</p>	場合によっては手術療法

数カ月にわたる裂肛のため、深ぼれて潰瘍状になり、皮膚の突起物(見張りイボ)やポリープができたり、肛門狭窄が起きる。

## 治療

原因となる便秘や下痢を防ぎ、傷を治す保存療法が基本となります。肛門括約筋が炎症を起こして肛門が狭くなってしまった場合には手術を行います。手術を必要とするのは、裂肛の患者さんの1割程度です。

### 保存療法

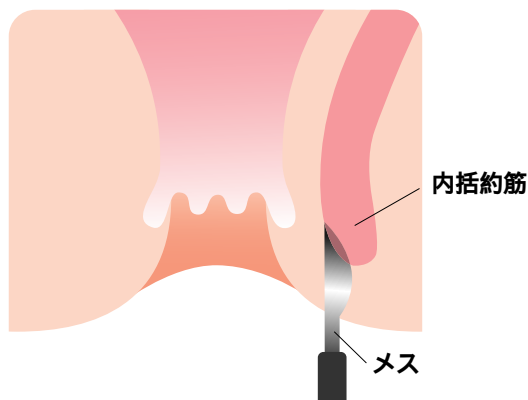
食生活や排便習慣などのライフスタイルを改善し、症状を悪化させないようにする「生活療法」が中心です。補助的に「薬物療法」も行います。

P17、18の「日常生活におけるポイント」をご覧ください。

### 手術療法

#### 【内括約筋側方皮下切開術】

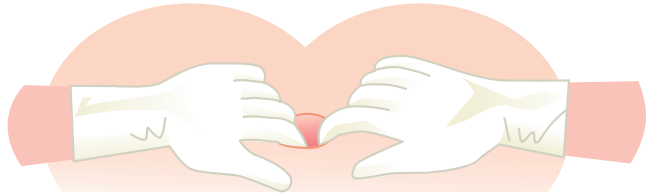
肛門の皮膚からメスを入れ、狭くなった内括約筋を浅く切開します。これにより肛門が広がって肛門の皮膚は切れにくくなり、痛みも和らぎます。





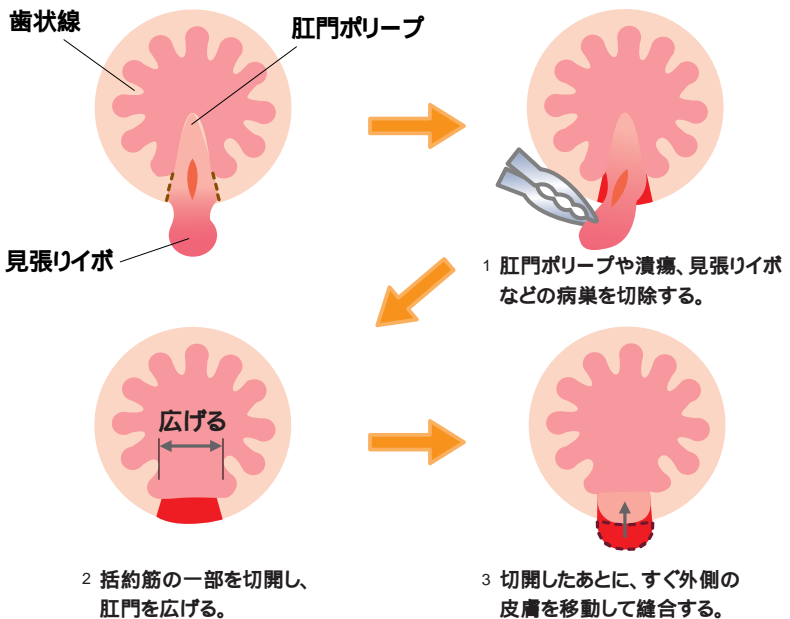
### 【用手肛門拡張手術】

肛門に指を挿入して、狭くなった肛門を広げる方法です。切開は行いません。



### 【皮膚弁移動術】

裂肛の部分およびポリープや見張りイボを切除し、肛門の外側の皮膚の一部を移動して、狭くなった肛門を広げる手術です。



# おしりのための注意点

生活習慣の改善は痔の治療の基本です。痔を予防したり、あるいは悪化させないために正しい生活習慣を身につけましょう。

## 日常生活におけるポイント

### ● 排便のポイント

便意を感じたときに排便する  
我慢は便秘をまねきます。

排便時間は長くて3分以内にする  
完全に押し切ろうと必要以上に  
いきまないようにしましょう。

排便後は肛門を洗うなどして清潔に  
(ただし十分に乾燥を)



携帯用洗浄機



### ● 食事のポイント

食物繊維をしっかりとり  
食物繊維は腸内で水分を吸収して膨らみ、便の量を増やして軟らかくし、腸の蠕動運動を高めます。下痢気味の方は消化のよい食事をとりましょう。

十分な水分を摂取する

朝食をしっかりとり  
食事は胃腸の活動を活発にして便意を起こさせます。冷たい水や牛乳だけでも同様の効果があります。

#### 食物繊維を多く含む食品 (食品100g中に含まれる食物繊維の量)

1日20~25gを目標に食物繊維をとりましょう。



大豆(ゆで)7.0g



干しいたけ(ゆで)7.5g



ブロッコリー(ゆで)3.7g



さつまいも(ゆで)3.8g



わかめ(生)3.6g



納豆6.7g



ごぼう(ゆで)6.1g



切り干し大根(ゆで)20.7g

五訂 / 食品成分表より

アルコール類、香辛料を控える  
肛門を刺激したり、うっ血をさせたりして、  
痔を悪化させます。



## その他のポイント

適度な運動をする  
腸の動きを活発にし、排便をスムーズ  
にします。

同じ姿勢をとり続けない  
肛門がうっ血しやすくなります。

毎日入浴する、カイロで温める  
冷えは血行が悪くなるばかりでなく、  
下痢の原因にもなります。



## 痔の応急手当て



痛みがある場合は、肛門に力を入れないように  
して、おしりを温めると痛みが和らぎます。ただし、  
患部が熱をもっている場合は冷たいタオルなど  
で冷やしてください。

出血している場合は、患部にガーゼを当てて、お  
しりの位置を心臓より高くして安静にしましょう。

肛門から痔核が出た場合は、痛みがなければ指  
で肛門の中にゆっくりと押し込みます。ただし無  
理は禁物です。



痔に悩むすべての方に向けてマルホがお届けする痔の総合情報サイト

# 痔-LIFE

<http://www.maruho.co.jp/g-life/>

痔とうまく付き合って、  
快適な痔-LIFEを送ろう!



「痔-LIFE」では、痔の種類や治療法、お薬などに関する情報だけでなく、痔を悪化させないためのレシピなど、毎日を快適に過ごすためのヒントもご紹介していきます。

## 痔の危険度チェック

痔の危険度をチェックし、適切な治療を受けることで、痔の悪化を防ぐことができます。また、痔の危険度をチェックすることで、痔の予防や治療の目安がわかります。

【危険度チェックの方法】 ① 痔の種類を確認する ② 痔の症状を確認する ③ 痔の危険度をチェックする

● 痔の種類を確認する

● 痔の症状を確認する

● 痔の危険度をチェックする

● 痔の危険度をチェックする

● 痔の危険度をチェックする

● 痔の危険度をチェックする

● 痔の危険度をチェックする

● 痔の危険度をチェックする

● 痔の危険度をチェックする

● 痔の危険度をチェックする

● 痔の危険度をチェックする

● 痔の危険度をチェックする

● 痔の危険度をチェックする

● 痔の危険度をチェックする

● 痔の危険度をチェックする

● 痔の危険度をチェックする

● 痔の危険度をチェックする

● 痔の危険度をチェックする

● 痔の危険度をチェックする

● 痔の危険度をチェックする

● 痔の危険度をチェックする

● 痔の危険度をチェックする

● 痔の危険度をチェックする

● 痔の危険度をチェックする

● 痔の危険度をチェックする

● 痔の危険度をチェックする

● 痔の危険度をチェックする

● 痔の危険度をチェックする

● 痔の危険度をチェックする

● 痔の危険度をチェックする

● 痔の危険度をチェックする

● 痔の危険度をチェックする

● 痔の危険度をチェックする

● 痔の危険度をチェックする

● 痔の危険度をチェックする

● 痔の危険度をチェックする

● 痔の危険度をチェックする

● 痔の危険度をチェックする

● 痔の危険度をチェックする

● 痔の危険度をチェックする

● 痔の危険度をチェックする

● 痔の危険度をチェックする

● 痔の危険度をチェックする

● 痔の危険度をチェックする

● 痔の危険度をチェックする

● 痔の危険度をチェックする

● 痔の危険度をチェックする

● 痔の危険度をチェックする

● 痔の危険度をチェックする

● 痔の危険度をチェックする

● 痔の危険度をチェックする

● 痔の危険度をチェックする

## あなたの食事にプラスワン!



● 1日1食、2食、3食をバランスよく摂る

● 1日1食、2食、3食をバランスよく摂る

● 1日1食、2食、3食をバランスよく摂る

● 1日1食、2食、3食をバランスよく摂る

● 1日1食、2食、3食をバランスよく摂る

● 1日1食、2食、3食をバランスよく摂る

● 1日1食、2食、3食をバランスよく摂る

● 1日1食、2食、3食をバランスよく摂る

● 1日1食、2食、3食をバランスよく摂る

● 1日1食、2食、3食をバランスよく摂る

● 1日1食、2食、3食をバランスよく摂る

● 1日1食、2食、3食をバランスよく摂る

● 1日1食、2食、3食をバランスよく摂る

● 1日1食、2食、3食をバランスよく摂る

● 1日1食、2食、3食をバランスよく摂る

● 1日1食、2食、3食をバランスよく摂る

● 1日1食、2食、3食をバランスよく摂る

● 1日1食、2食、3食をバランスよく摂る

● 1日1食、2食、3食をバランスよく摂る

● 1日1食、2食、3食をバランスよく摂る

● 1日1食、2食、3食をバランスよく摂る

● 1日1食、2食、3食をバランスよく摂る

● 1日1食、2食、3食をバランスよく摂る

● 1日1食、2食、3食をバランスよく摂る

● 1日1食、2食、3食をバランスよく摂る

● 1日1食、2食、3食をバランスよく摂る

● 1日1食、2食、3食をバランスよく摂る

● 1日1食、2食、3食をバランスよく摂る

● 1日1食、2食、3食をバランスよく摂る

● 1日1食、2食、3食をバランスよく摂る

● 1日1食、2食、3食をバランスよく摂る

● 1日1食、2食、3食をバランスよく摂る

● 1日1食、2食、3食をバランスよく摂る

● 1日1食、2食、3食をバランスよく摂る

● 1日1食、2食、3食をバランスよく摂る

● 1日1食、2食、3食をバランスよく摂る

● 1日1食、2食、3食をバランスよく摂る

● 1日1食、2食、3食をバランスよく摂る

● 1日1食、2食、3食をバランスよく摂る

● 1日1食、2食、3食をバランスよく摂る

● 1日1食、2食、3食をバランスよく摂る

● 1日1食、2食、3食をバランスよく摂る

● 1日1食、2食、3食をバランスよく摂る

● 1日1食、2食、3食をバランスよく摂る

● 1日1食、2食、3食をバランスよく摂る

● 1日1食、2食、3食をバランスよく摂る

● 1日1食、2食、3食をバランスよく摂る

● 1日1食、2食、3食をバランスよく摂る

● 1日1食、2食、3食をバランスよく摂る

● 1日1食、2食、3食をバランスよく摂る

● 1日1食、2食、3食をバランスよく摂る

● 1日1食、2食、3食をバランスよく摂る

医療機関名：