

# 治疗便秘：药品、保健品配搭方案与7款用药及其优点

原创 2016-09-29 韩晓霜 药店人



转载请注明作者与来自第一药店·药店人 ( yaodianren520 )



提起便秘，不得不提起中医辨证里热秘、冷秘、气秘、虚秘这四个词。四者之中，又有虚实之分。前三种属于实。其中，虚秘在现代人中越来越常见。今天不谈前三种，单单针对虚秘进行详解。



## “虚秘” 分类与症状

**气虚秘**：大便并不干硬，虽然有便意，但排便困难，用力努争则汗出短气，便后乏力，面白神疲，肢倦懒言，舌淡苔白，脉弱。

**血虚秘**：大便干结，头晕目眩，心悸气短，健忘，口唇色淡，舌淡苔白，脉细。

**阴虚秘**：大便干结，如羊屎状，形体消瘦，头晕耳鸣，两颧红赤，心烦少眠，潮热盗汗，腰膝酸软，舌红少苔，脉细数。

**阳虚秘**：大便干或不干，排除困难，小便清长，面色晄白，四肢不温，腹中冷痛，或腰膝酸冷，舌淡苔白，脉沉迟。

区别：

### 大便

气虚秘：大便并不干硬。

阳虚秘：大便干或者不干。

血虚秘和阴虚秘：大便干结。

## 虚症

气虚秘者：乏力，懒言，脉弱症状。

血虚秘者：头晕目眩，口唇色淡，脉细的血虚症状。

阴虚秘者：潮热盗汗，两颧潮红，脉细的阴虚症状。

阳虚秘者：面色晄白，小便清长，腹中冷痛的阳虚症状。

## 舌质舌苔：

除了阴虚秘是舌红少苔。其余气虚秘，血虚秘，阳虚秘都是舌淡苔白。



## 药品、保健品配搭

### 气虚秘

---

补中益气丸（或健脾丸）+小麦纤维素颗粒

#### 功效与适用：

补中益气丸：适用排便困难，腹部坠胀者。

健脾丸：舌苔白腻，脘腹痞满者。

生脉饮口服液+乳果糖口服液

#### 功效与适用：

生脉饮口服液：适用气息低微，懒言少动者。

保和丸/六味能消胶囊（腹胀纳少者）+酚酞片

#### 功效与适用：

六味能消胶囊：适用腹胀纳少者。

### 血虚秘

---

排毒养颜胶囊+聚乙二醇4000散

#### 功效与适用：

排毒养颜胶囊：气虚血瘀，热毒内盛所致便秘、痤疮、颜面色斑。

### 逍遥丸+乳果糖口服液

#### 功效与适用：

逍遥丸：疏肝健脾，养血调经。郁闷不舒、胸胁胀痛、头晕目眩、食欲减退。

### 常通舒颗粒+小麦纤维素颗粒

#### 功效与适用：

常通舒颗粒：滋阴养血，润肠通便。用于习惯性便秘，老年性便秘及产后便秘。

## 阴虚秘

---

### 芪蓉润肠口服液+比沙可啶肠溶片

#### 功效与适用：

芪蓉润肠口服液：益气养阴，健脾滋肾，润肠通便。用于气阴两虚，脾肾不足，大肠失于濡润而致的虚症便秘。禁忌：实热病禁用，感冒发热时停药。孕妇慎用。

### 益气通便颗粒（益气生津，通便润肠）+枸橼酸莫沙必利

#### 功效与适用：

益气通便颗粒：益气生津，通便润肠。

### 便乃通茶+酚酞片

#### 功效与适用：

便乃通茶：润燥通便。适用于老年津亏肠燥所致的便秘。禁忌：孕妇禁用；肠道易激综合症、肠梗阻、肠套叠、严重精神病患者禁用。

### 六味地黄丸+小麦纤维素颗粒

#### 功效与适用：

六味地黄丸：适用肾阴不足，腰膝酸软者

## 阳虚秘

---

### 健脾丸+小麦纤维素颗粒

#### 功效与适用：

健脾丸：适用脾胃虚弱，脘腹胀满

## 附子理中丸+乳果糖口服液

### 功效与适用：

附子理中丸：适用脘腹冷痛，手足不温

## 金匱肾气丸+酚酞片

### 功效与适用：

金匱肾气丸：适用腰膝酸软，畏寒肢冷



## 用药举例及其优点

### 小麦纤维素颗粒

优点：增加粪便体积的同时还增加其水结合能力，亦使得粪便排出更加顺畅。本品长期使用还可改善高脂血症患者的血脂情况。

### 乳果糖口服液

优点：缓泻作用无毒性和依赖性，用于治疗老年性便秘和慢性功能性便秘。

### 酚酞片

优点：使肠蠕动增加，同时又能抑制肠道内水分的吸收，使水和电解质在结肠蓄积，产生缓泻作用。

### 枸橼酸莫沙必利

优点：增强胃肠道的运动，改善功能性消化不良病人的胃肠道症状，不影响胃酸的分泌。

（注：老年人、儿童、哺乳期的妇女及孕妇应禁用。）

### 比沙可啶肠溶片

优点：口服后很少被吸收，直接作用于大肠。

（注：6岁以下儿童及孕妇禁用。急腹症、炎症性肠病患者禁用。）

### ▲ 温馨提醒

- 1.由于治疗便秘的药物有些含有泻下类的寒性药物，孕妇、儿童、年老体弱者选择的时候要谨慎。
- 2.避免进食过少或食品过于精细、缺乏残渣、对结肠运动的刺激减少。
- 3.避免滥用泻药，形成对某些泻药的依赖性，造成便秘。
- 4.适量饮水有利于排便。
- 5.劳逸结合，养成良好的习惯。

专/属/“药店人”/的/圈/子



长按拇指关注



发送#精品#到药店人公众号，  
多篇精品文章任您看