

# 嬰幼兒功能性便秘



文 小兒科  
李孟儒 醫師



4歲的Andy弟弟從最近一兩年開始有便秘的問題，排便頻率從原本的一天一次逐漸延長到一個禮拜只有一兩次，有時太多天解不出來甚至需要依靠浣腸劑，也曾經因為大便又粗又硬造成肛門受傷出血。爸爸媽媽因為這個問題已經多次就醫求助，但效果都有限。這次爸爸媽媽帶著Andy弟弟來到了小兒科的診間，希望能徹底解決便秘的狀況。醫師經過仔細的病史詢問及理學檢查後，告訴爸爸媽媽Andy弟弟符合所謂『功能性便秘』的診斷，經過了數個月的飲食生活型態調整與治療，Andy弟弟已經可以不依靠藥物就大出健康漂亮的大便了。

## 何謂功能性便秘？

便秘為小朋友最常見的腸胃問題之一，所謂功能性便秘是指非因為腸道結構、內分泌、神經傳導等異常造成之便秘，常好發在三個時期：嬰兒飲食逐漸從母乳轉變為副食品或配方奶的時候、幼兒開始學習使用馬桶的時候、及小朋友剛開始去上學的時候。患有功能性便秘的小朋友會因為大便太硬造成解便疼痛、肛門出血，而逐漸開使排斥大便。習慣性憋大會導致大便在直腸內堆積，水分也會逐漸被吸收，形成更大更硬的糞石。功能性便秘也時常合併腹痛、噁心、胃腸脹氣、消化不良等症狀，有時也會有大便失禁、滲便的情形，可能會因此影響了小朋友的學習表現及自信心。

## 如何診斷功能性便秘？

功能性便秘的診斷主要靠仔細的病史詢問及理學檢查。病史上會需要了解病童的飲食狀況、便秘開始的年紀、每週排便及大小便失禁的次

數、是否有解便困難疼痛、憋大便、大便過粗等情形。理學檢查則著重在是否有生長遲緩、神經學異常、直腸宿便、肛門口或尾椎骨附近的結構變異。若發現特殊的危險因子或是有診斷不明確的情形，會再視情況安排適當的影像學等抽血等檢查，以排除其他疾病例如先天巨結腸症、脊椎異常、甲狀腺過低等造成的便秘。

## 如何治療功能性便秘？

若病童的症狀輕微可以先採取飲食生活型態調整。攝取足量的水份、纖維素和正確的如廁訓練有機會可以改善排便習慣。若是症狀較嚴重的患童則需要藥物治療來輔助，醫師通常會先開立瀉劑將長年累月堆積在腸子內的硬便清除，再搭配軟便藥保持大便的鬆軟，藉此打破因解硬便肛門疼痛而習慣性憋大便的惡性循環。因為需要讓腸子重新學習正常的排便模式，整個療程可能需要維持數個月，也有可能會有症狀反反覆覆的情形。



門診時間	一	二	三	四	五	六
08:30~12:00	●		●			
13:30~17:00						
18:00~20:30					●	

(本表僅供參考，若有異動，請依醫院診間公告為主)