

沿海部队官兵肛肠疾病的危险因素分析及对策

杨宝燕¹, 胡冬梅¹, 张艳¹, 林健²

(中国人民解放军第175医院 1.普外科; 2.护理部, 福建漳州 363900)

[摘要] 目的 探讨沿海部队官兵在新的训练形势下肛肠疾病发生的危险因素, 提出相应的干预对策。方法 采用多阶段抽样法对闽沿海 800 名基层官兵进行问卷调查。根据调查结果以是否患有肛肠疾病将调查对象分为健康组和疾病组。结果 沿海部队官兵肛肠疾病的发病率为 44.9%。数据进行 logistic 逐步回归分析, 筛选出 6 个危险因素: 喜好辛辣食物、不能保持肛周干燥、久站或久坐、蹲厕时间 > 3 min、便秘或腹泻、海水作业后不能及时洗澡。结论 养成良好的排便、饮食习惯和进行提肛运动等是预防肛肠疾病的重要对策。

[关键词] 部队官兵; 肛肠疾病; 危险因素; 对策

[中图分类号] R473.1 **[文献标识码]** A **[文章编号]** 1008-9969(2005)12-0007-02

Risk factor analysis and countermeasures of colorectal disease in soldiers in costal region

YANG Baoyan¹, HU Dongmei¹, ZHANG Yan¹, LIN Jian²

(1. Dept. of General Surgery; 2. Dept. of Nursing Administration, No.175 Hospital of PLA, Zhangzhou 363900, China)

Abstract: **Objective** To analyze the risk factors of colorectal disease in soldiers and provide related intervention countermeasure.

Methods A questionnaire was taken in this study among 800 soldiers in costal region in the province of Fujian in order to divide them into 2 groups, health group and illness group according to the result of questionnaire. **Results** The occurrence of colorectal was 44.9% in the soldiers. Logistic regression analysis indicated that there were 6 risk factors: preference to spicy food, failure to keep anus dry, sitting or standing for a long time, time on toilet longer than 3 minutes, constipation or diarrhea, and untimely bath after sea task. **Conclusion** Formation of good habit of defecation and dieting and exercises of the anus motivation are the important strategy to prevent colorectal disease.

Key words: soldier; colorectal disease; risk factor; strategy

沿海部队官兵的军事训练要求高, 管理严, 临床工作中发现在新的训练形势下部队官兵肛肠疾病的发病率有所上升。笔者通过问卷调查, 查找和分析了沿海部队官兵发生肛肠疾病的危险因素, 从而有针对性地提出干预措施, 现报道如下。

1 对象与方法

1.1 研究对象 采用多阶段抽样法于 2003 年 8 月-2004 年 6 月对闽沿海 800 名基层官兵进行问卷调查。全部男性, 文化程度初中以上; 干部 105 人, 士兵 695 人; 年龄 18~41 岁, 平均年龄 22.5 岁; 兵龄 10 个月~23 年, 平均兵龄 2.6 年。

1.2 调查表设计 调查表在听取肛肠科护理专家意见的基础上, 经过小数量调查信访后进行修改, 最后由多位肛肠科医疗专家和护理专家审定、修订而成。本调查表由 4 部分组成: (1) 基本情况, 包括年龄、兵龄等; (2) 痔、肛裂、肛瘘、肛旁脓肿等 4 种常见肛肠疾病的症状表现; (3) 个人卫生习惯; (4) 海训期间生活条件及个人卫生等。依据《克氏外科学》^[1] 诊断标准, 判断是否患有肛肠疾病。

1.3 统计学处理方法 应用 SPSS 12.0 统计软件, 进行 logistic 逐步回归分析。

[收稿日期] 2005-09-08

[作者简介] 杨宝燕(1978-), 女, 福建漳州人, 2003 年毕业于第二军医大学, 本科学历, 护师。

2 结果

2.1 肛肠疾病的发病率 共发放问卷 800 份, 全部收回, 有效问卷 794 份, 有效率 99.3%。其中患有肛肠疾病 357 人, 发生率为 44.9%, 未患肛肠疾病 437 人。

2.2 危险因素 以是否发生肛肠疾病为应变量, 问卷调查中关于肛肠疾病的资料为自变量进行 logistic 逐步回归分析, 筛选危险因素, 包括喜好辛辣食物、不能保持肛周干燥、久站或久坐、蹲厕时间 > 3 min、便秘或腹泻、海水作业后不能及时洗澡等。筛选方法采取基于 Wald 统计量的向前逐步回归法, 入选标准为 $\alpha = 0.05$, 剔除标准 $\alpha = 0.10$ 。结果见表 1。

表 1 部队官兵肛肠疾病危险因素的 logistic 回归分析结果

危险因素	回归系数(b)	Wald χ^2	P	OR
常数项	4.926	151.466	0.000	
喜好辛辣食物	-1.102	26.193	0.000	3.010
不能保持肛周干燥	-1.148	23.104	0.000	3.150
久站或久坐	-1.255	33.355	0.000	3.500
蹲厕时间 > 3 min	-1.940	23.297	0.000	6.940
便秘或腹泻	-2.468	82.420	0.000	11.760
海水浴后不能及时洗澡	-2.974	33.264	0.000	6.610

3 危险因素分析

3.1 便秘或腹泻 23.6% 的官兵患有便秘或腹泻, 调查表明患有便秘或腹泻的官兵肛肠疾病的发生率是健康人群的 11.760 倍。便秘时直肠内粪便堆积, 影响血液循环, 而用力解出干燥粪块, 必然会使肛门

承受较大压力,产生淤血、肿胀、裂口等一系列病理改变;腹泻则使肛门局部感染机会增多,产生肛窦炎、炎性外痔、肛周脓肿等疾病^[2]。

3.2 不良的排便习惯

3.2.1 部分战士利用开会时间上厕所,同时看书看报或抽烟,造成下蹲和排便时间延长,调查表明蹲厕时间>3 min^[3]的官兵患肛肠疾病的危险是健康人群的6.940倍,其原因可能是长时间下蹲容易造成腹压增高、肛门直肠内淤血而诱发肛肠疾病^[2]。

3.2.2 部队在时间的管理上相对严格,部分官兵由于赶时间排便时用力过猛,使直肠肛门和盆底肌肉增加不必要的负担与局部淤血,也可导致疾病发生和发展。

3.3 喜好辛辣食物 调查表明喜食辛辣食品的官兵患肛肠疾病的危险是健康人群的3.010倍,因酒和辛辣物可刺激消化道黏膜,造成血管扩张,结肠功能紊乱,肛肠疾病的发病率明显上升。普查资料说明,喜食辛辣者其发病率为61.6%,喜饮酒者其发病率为64.6%,均明显高于总的发病率^[4]。

3.4 不能保持肛周皮肤干燥 调查表明不能保持肛周皮肤干燥的官兵患肛肠疾病的危险是健康人群的3.150倍。

3.4.1 出汗多:军事训练大多数时间是在烈日下进行,出汗量大,湿透训练服,不能及时更换,致使肛周皮肤潮湿,加之湿衣服摩擦,肛周感染的几率增加。

3.4.2 海水作业:调查表明海水浴后不能及时洗澡的官兵患肛肠疾病的危险是健康人群的6.610倍。在海水中浸泡时间长又不能及时洗澡,使得表皮的细胞脱水,抵抗力下降,海水中的一些微生物趁机侵入人体,容易发生皮肤湿疹和导致感染。

3.4.3 训练服装较厚:夏天温度较高,官兵们经常着迷彩服训练,而迷彩服透气性不够好,也导致了肛周皮肤湿热。

3.5 久坐或久站 调查表明长期站立或久坐的官兵患肛肠疾病的危险是健康人群的3.500倍。如装甲兵长时间坐于驾驶座上,大多数兵种的军事训练以站立居多,而直立或静坐姿势,使盆腔内血流缓慢不畅和腹内脏器充血,静脉壁抵抗力降低。

4 对策

4.1 养成良好的排便习惯 大便以每日1次为宜,因多数人于晨起时大便,部队可以适当延长早起后的洗漱时间,避免官兵因时间不够久忍大便或因着急过分用力大便,从而导致干硬的粪块对肛管直肠

所造成的冲击压迫和撕裂伤。

4.2 积极治疗便秘、腹泻 官兵们患腹泻、便秘的比率较大,应该引起重视并及时得到治疗。为防止大便秘结,保持大便通畅,应在饮食方面加以调整。官兵们一般在食堂就餐,所以采购员应多采购一些青绿蔬菜、新鲜水果,如芹菜、菠菜、韭菜、黄花菜、茭白以及苹果、桃、杏、瓜类等含有丰富纤维素的食物,可以增加胃肠蠕动,润肠通便,排出肠道的有害物质。另外,粪便较硬时应引起注意,多喝水,水是最便宜的软便剂,而且一样有效,建议每天喝至少8杯250 ml的水;若发现腹泻及时使用收敛剂。

4.3 养成良好的饮食习惯 这与采购员和炊事员的关系比较密切,应该加强对这些人员的健康教育,使掌握更多健康饮食的知识。饮食以清淡为宜,少饮酒,少进辛辣刺激食物。

4.4 适当改善训练环境、条件 夏天的训练服应选择较薄、透气性好、吸水好的材料。海训的官兵一般要等训练完毕回到营区才能洗澡,有时候还要排队洗澡,有条件的话在训练场所附近为他们提供淡水冲澡条件,尽量缩短皮肤与海水的接触时间。

4.5 训练期间进行提肛运动 吸气时肛门放松,呼气时肛门收缩并向上提缩肛门,持续5 s,重复做10~20次,可改善局部血液循环^[5]。这种运动简单易学,而且方便,可以在官兵中普及。

4.6 对官兵进行知识宣教 利用多媒体图文并茂进行授课,发放宣传小册子,为官兵提供咨询服务等,让官兵掌握更多的健康知识。

4.7 为预防和治疗提供设备和药物 设计一种材料简单、轻便牢固的坐浴架,官兵外出训练可以随部队携带,将另文阐述。寻找和研制方便携带使用的坐浴液,也将另文阐述。

[参 考 文 献]

- [1] 王炳德,吴阶平,裘法祖.克氏外科学[M].15版.北京:人民卫生出版社,2000:883-888.
- [2] Meler-Ruge W. A., Bruder E. Pathology of chronic constipation in pediatric and coloproctology[J]. Pathobiology,2005, 72(1-2):1-102.
- [3] Curtale F., Pezzotti P., Sharbini A. L., et al. Knowledge, perceptions and behaviour of mothers toward intestinal helminths in Upper Egypt: implications for control [J]. Health Policy Plan, 1998,13(4):423-432.
- [4] No authors listed. Coloproctology in Central Europe[J]. Colorectal Dis, 2004,6(5):388.
- [5] Battocchio F., Giacchetto F., Baldan M., et al. Conservative therapy of hemorrhoids[J]. Ann Ital Chir, 1995,66(6):761-767.

[本文编辑:方玉桂 江 霞]