

荐老年人有习惯性便秘怎么办|治疗老年人习惯性便秘到邢台市

产品名称	荐老年人有习惯性便秘怎么办 治疗老年人习惯性便秘到邢台市
公司名称	邢台市第四医院
价格	1.00/普通
规格参数	
公司地址	邢台市新兴东大街85号
联系电话	0319-3176457 15303391831

产品详情

【荐】老年人有习惯性便秘怎么办|治疗老年人习惯性便秘到邢台市第四医院 专家表示，老年人有习惯性便秘者很常见，已成为严重影响老年人生活质量的一个不可忽视的问题。但在做出诊断之前，应先排除因器质性病变所致的便秘。最重要的是要养成良好的生活习惯。

老年人有习惯性便秘怎么办?专家介绍说：1、多吃膳食纤维。膳食中增加纤维素含量，如多吃粗粮、杂粮、蔬菜、水果等食物。老年人牙齿脱落，不便咀嚼多纤维食物，可加服药物化学纤维，应以多吃膳食纤维为好。2、每天早晨饮用一杯300~400 ml的温开水或凉开水，或含少量盐分的淡盐水，然后再上厕所，有助于排便。蜂蜜与大枣也有润肠通便作用。3、每天定时排便。便秘者，要定时起居，无论有无便意，均应养成每天早餐后定时排便的习惯，时间可安排在餐后半小时或1小时，也有放在清晨或睡前，按各自习惯而定。4、适当增加活动。根据各自身体状况，适当进行体育锻炼，如步行、室内或室外慢跑等，最好每天坚持半小时以上，可分次进行。邢台市第四医院位于邢台市新兴东大街85号，1953年建院，是国内最有影响力的大肠肿瘤专科医院，拥有多名知名大肠癌外科专家、放化疗专家和中医肿瘤专家，是河北省大肠癌临床诊治中心，是国内治疗结直肠癌患者人数最多的医院。被卫生部门指定为肛肠疾病紧急救援中心、河北省肛肠肿瘤疾病最终诊疗机构、邢台市城镇职工医疗保险定点单位、新农合定点单位和惠民医院。邢台市肛肠病研究所、邢台市肛肠病医学会、邢台市大肠癌防治办公室、PPH技术培训办公室均设置在我院。