

春节来临，市中心医院消化内科副主任医师张丹霞提醒市民——

请勿暴饮暴食 小心美食成为“致命诱惑”

■朱嘉林 实习生 李曾

春节期间,家家户户都是美食扎堆,餐餐都有大鱼大肉等“硬菜”,容易胃口大开暴饮暴食,加上生活不规律,胃肠道疾病的发病率明显高于其它时期,容易诱发急性胃肠炎、急性胰腺炎、急性胆囊炎、消化性溃疡、胃出血等疾病。

市中心医院消化内科副主任医师张丹霞提醒,春节期间切勿暴饮暴食,只有健康饮食、规律作息,才能轻轻松松、健康康过大年。



专家介绍

张丹霞,衡阳市中心医院消化内科副主任医师,湖南省消化学会青年委员,衡阳市消化学会委员。2013年在南方医院进修消化内科及内镜下诊治,2018年在湘雅附一医院进修学习超声内镜。擅长胃肠道病变、胰腺病变、肝脏病变及消化内科危急重症诊治。熟练掌握胃肠镜及内镜下治疗、环扫超声内镜及线阵式超声内镜检查技术,已主持开展内镜超声引导下的细针吸取细胞学检查技术,熟练掌握人工肝血液灌流、血浆置换、持续床旁血液、双重血浆分子吸附技术。

暴饮暴食 80公斤男子抽出“牛奶血”

春节的美食种类丰富,容易胃口大开暴饮暴食,而最直接的结果就是消化系统遭殃。张丹霞表示,暴饮暴食会直接导致人体血脂升高,血脂需要各种酶来消化,如果血脂太高,胰腺会分泌大量胰酶,当胰酶超过胰管排出能力时,就会自我消化胰腺,从而引发胰腺炎。

去年春节,一名身材较为肥胖的中年男子因腹部疼痛难忍、呕吐,来到市中心医院消化内科就诊。经测量,男子身高165cm、体重80kg,张丹霞怀疑其是“吃”出来的重症胰腺炎。一问,果然不然,男子头天晚上一个人吃了半碗猪蹄和半碗红烧肉。

检查结果显示,患者甘油三酯达到32mmol/L,而正常人的范围是0.45-1.27mmol/L,患者超出正常值20多倍,是高脂血症性胰腺炎。最终,科室通过血浆置换,将患者血液经血泵引出,经过血浆分离器分离成血浆和细胞成分,将患者的血浆舍弃,然后将细胞成分、新鲜血浆及所需补充的置换液,重新输入体内,把患者血脂降到正常。而令医护人员惊讶的是,这名男子被抽出来的血浆竟然呈牛奶色,表面像浮了一层油。

张丹霞解释道,这类“泛着浮油的血”或“牛奶血”实际上是乳糜血,血浆为白色或浑浊状,意



科室简介

衡阳市中心医院消化内科系市重点科室,现已发展成功能齐全、设施先进、技术领先的科室。该科设有病房诊疗中心及内镜中心,开放病房120张,拥有高级职称医师10人,人才结构合理,发展后劲足。

该科拥有奥林巴斯CV-290电子胃肠镜系统、日本富士公司SU9000超声胃镜系统、内镜精灵系统、电子胃肠镜、十二指肠镜、结肠镜系列、C14尿素呼气试验诊断仪、血液灌流仪及人工肝治疗仪、全电脑控制结肠治疗仪。病房拥有中心供氧吸引系统、传呼系统、计算机管理系统等设施。可成功开展内镜下药物喷洒注射、钛夹止血术、电凝电切术、消化道异物取出术、食管静脉曲张出血连环套扎术、胃底曲张静脉组织胶注射术、胃冠状静脉栓塞介入治疗等,还可开展血液灌流抢救各种农药、药物、毒物中毒技术,食管、结直肠支架置入术,经口内镜下逆行性胆管及胰管造影术及胆总管结石取出术,胆总管支架置入术,海博刀内镜下粘膜剥离术,粘膜下肿物超声内镜技术,线阵型超声内镜技术及内镜超声引导下的细针吸取细胞学检查,血浆置换及双重血浆分子吸附系统,早期胃癌筛查等技术。技术全面,各种技术均处于衡阳市领先水平。

科室收治的患者人数连年稳定增长,在市内处于前列。业务发展以科室有特色、人人有专才为目标,专科专病救治在患者中享有极高的声誉。科室本着“质量第一、病人第一、服务第一”的宗旨,以全方位、高质量的医疗技术,为衡阳乃至湘南地区的患者提供医疗服务。

味着血液中含有高量的脂肪,多与不良生活习惯有关,一是暴饮暴食,爱吃大鱼大肉和油炸、坚果等高脂类食物;二是长期饮酒,尤其是过度饮酒;三是缺乏运动,器官组织机能下降。

张丹霞介绍,除了血浆置换,该科室还有床旁血液滤过等多种特色治疗方式。曾有一名患有高脂血症胰腺炎的30岁女子来到中心医院就诊,科室先通过血浆置换使其血脂下降,再通过床旁血液滤过技术清除炎症因子,患者10天左右就出院了。对于这种重症胰腺炎,张丹霞特别提醒,一定要早发现、早治疗,尽快清除炎症因子,防止患者重度感染而发展为脓毒症。同时,通过床旁血液滤过与消炎药的配合使用,可实现重症的逆转。

此外,张丹霞提出,还有一种疾病也在春节期间高发,且容易与胰腺炎混淆——急性胃肠炎。这种疾病主要由于饮食不规律,吃得多、吃得杂和吃辛辣刺激的食物造成的。张丹霞提醒,胃肠炎与胰腺炎有很大的区别,最明显的就是疼痛程度不同。胰腺炎的疼痛比较剧烈,可能会疼得让人坐立不安,多为突发性上腹或左上腹持续性剧痛,上腹部有束带感,并且向左肩和左背部放射。而肠胃炎一般不会有剧烈的疼痛,主要表现为恶心、呕吐、腹部疼痛、腹泻等,并且多数为间歇性腹部隐痛。当发现是胰腺炎的症状时,患者一定要尽快前往医院及时进行治疗,错过

了前48小时的最佳治疗时期,容易发展为重症胰腺炎。

说起胃肠炎,张丹霞说该科曾收治一名70多岁的老人,平时生活节俭,经常把吃不完的肉放冰箱冷冻层,有一次,她吃了一块冷冻了20多天的猪肉后,出现呕吐、腹痛等症状,于是被家人带到该院就诊,诊断为急性胃肠炎。张丹霞提醒,老年人体质较弱,饮食需要多加注意,鲜肉最好不要久置于冰箱,而应当天买当天吃。“存放过久的食物不但会造成营养成分流失,还容易发霉或腐败,染上细菌和病毒,有的还会产生毒素,危害身体的健康。”

生活紊乱 年轻男性容易得胃肠道疾病

“不吃早餐会影响胃酸分泌和胆汁排出,减弱消化系统功能,诱发胃肠炎、胃溃疡等胃肠道疾病,出现腹痛、反酸水、烧心等症状。”张丹霞表示,春节期间,年轻人喜欢晚上熬夜,白天赖床睡懒觉,早饭和午饭一起吃,生活不规律。值得注意的是,胃在没有食物的情况下蠕动,夜间所分泌的胃酸便会刺激胃壁,不但会损伤胃黏膜,还会因胆囊中的胆汁没有排出,而使胆汁中的胆固醇大量析出、沉积,久而久之,使人患上胆结石症。

前不久,20多岁的小王在网吧待了七天七夜,期间吃饭和休息极其不规律,回家后出现嗜睡、乏力、食欲下降、呕吐等症状。因其本身就有肝炎,后来送到医院诊断为肝衰竭、肝细胞大量坏死。张丹霞提醒,胃不好的人更应该避免过度疲劳,如果身体过于劳累,不注意休息,就会导致胃肠功能紊乱,消化系统功能大大降低。

现代生活节奏快,不少年轻人会感觉压力大,常常通过吸烟与喝酒排遣。中医理论认为,情志不舒、肝郁气滞,导致脾功能失常,胃肠失和,最后发生消化性溃疡,所谓“病从思虑而得”。张丹霞提醒广大市民,要学习自我调节情绪,释放生活压力,尽量少抽烟喝酒,非工作需要少熬夜。

健康饮食 开开心心过大年

如何在春节期间健康饮食,避免胃肠道疾病,张丹霞建议:一是勿暴饮暴食。春节期间大家吃得比较好,要尽量少吃高脂“硬菜”,此外,坚果类也是高脂食物,也要避免过度食用。

二是尽量少饮酒。春节期间,建议尽量少饮酒,饮酒可能会诱发溃疡、急性胰腺炎和急性胆囊炎。

三是规律作息,按时起床、按时吃饭,少熬夜。熬夜会加重对胃、肠、肾脏负担,胃不好的人尤其要避免过度疲劳。如果身体过于劳累,不注意休息,经常在深夜工作,容易导致胃肠功能紊乱,消化系统功能大大降低。此外,胃酸分泌过多,还会影响内部环境的酸碱平衡,更容易对胃肠黏膜造成损伤。

基础疾病患者中,后遗神经痛发生率急剧升高,治疗极为棘手。

因为王大爷年龄较大,刘文祺使用神经阻滞技术和中医针灸等中西医结合的方式进行治疗。“神经阻滞技术就是通过抑制中枢神经的痛觉兴奋灶,缓解疼痛,再辅以神经营养和修复治疗。”刘文祺介绍,先为王大爷使用了抗病毒、短期激素药物抑制神经炎症,恢复神经功能;再通过调节神经药物和抗抑郁药物,助其调节神经的紊乱状态,促进神经恢复。此外,还通过了针灸等中医疗法,调节经络。

经过十几天的中西全面治疗,王大爷的疼痛明显缓解,可以正常吃饭睡觉了。王大爷及家人喜悦的心情溢于言表,专程送来锦旗以表感激。“近年来中老年人发生带状疱疹后遗神经痛的比率逐年攀升,给日常生活带来严重困扰。”刘文祺建议,老年体弱者和多种基础疾病患者要重视带状疱疹早期症状,一旦确诊应及时治疗,避免出现带状疱疹后遗神经痛。

本报讯(朱嘉林 通讯员 宋姣)近日,南华大学附属第一医院心胸血管外科普胸外科主任韦兵带领团队,成功完成一例右侧全胸腔占位巨大肿瘤切除术。患者为66岁老年男性,右全肺被完全挤压不张,因此患者入院时咳嗽、气促明显,且伴有胸痛,术前CT显示肿瘤巨大基本占满胸腔。

据介绍,此类手术十分少见且术中出血量极大,围手术期死亡风险极高。在患者及家属的信任下,韦兵带领其手术团队联合该院麻醉科、手术室、输血科、病理科、超声影像科、重症医学科等相关学科,进行详尽的

围手术期预案设计与细致的规划。在影像的指导下,行术前血液分离;输血科做好大量输血准备和检查;麻醉科行术中心内环境维护;手术室人员及器械配备充足;重症医学科备好术后重症管理。

为患者切除胸内三公斤巨瘤

术中可见瘤体填满右侧全胸腔,手术视野暴露极差,且侵犯右中下肺,最后瘤体完整切除,重达3kg,大小堪比一名新生儿。韦兵巧妙地采用前正中切口联合前外侧切口方式,最终术中出血可控,手术顺利完成。

患者术后右肺全部复张,咳嗽气促症状明显缓解,术后第一天便可自如活动。

带状疱疹后遗神经痛 折磨老人两个多月

市第一人民医院皮肤科主任刘文祺采用中西医结合方式为其全面治疗

本报讯(朱嘉林)近日,在市中心医院皮肤科发生了暖心的一幕:一位六旬老人将一面“不忘初心行天使,牢记使命好医德”的锦旗,送到该科主任刘文祺手中,真诚地感谢刘文祺治好了他的“带状疱疹后遗神经痛”,让他摆脱了病痛折磨。

去年11月,家住雁峰区白竹皂社区的王大爷因患带状疱疹在某医院对症治疗后,腹部密密麻麻的疱疹虽消失了,但腰腹部的疼痛仍然不止,每天烦躁不安,吃不下饭也睡不着觉。两个月来,他到处治病,钱没少花,疼痛却不见减轻。家人见其饱受疼痛折磨,于今年1月底带着王大爷来到市第一人民医院皮肤科就诊。

该科主任刘文祺询问患者病史,并经过细致检查后,诊断王大爷的病症是带状疱疹导致的后遗神经痛。刘文祺立即为患者制定了全面的治疗方案。“带状疱疹由病毒感染引起,因损伤了相应的周围神经,会产生严重的神经性疼痛。”刘文祺说,带状疱疹后遗神经痛的发生与身体的免疫力下降有关,在老年体弱者和拥有多种



床旁血浆置换出来的“牛奶血”