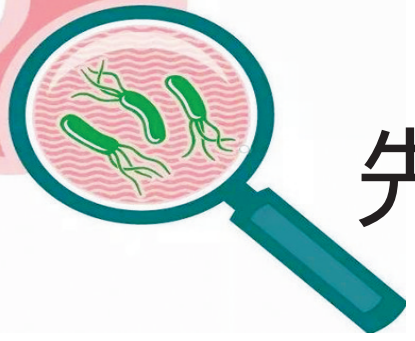




治疗“鸡皮胃” 先治幽门螺杆菌感染



胃炎、胃溃疡……相信大家听说过,可说起“鸡皮胃”,可能不少人就鲜有耳闻。“鸡皮胃”之所以得名,是因为这种病在胃镜检查时,能观察到胃黏膜呈弥漫性的凹凸不平改变,特别像拔过毛之后的鸡皮。该病年轻女性中最为多见。

不久前,著名消化内镜专家薛润国教授接诊了一例因“干呕,腹痛以及黑便两天”就医的15岁男孩。胃镜检查发现他的全胃像鸡皮一样,胃黏膜凹凸不平,而非和健康人一样平滑。

问诊得知,这个孩子经常熬夜,饮食也不规律,爱吃辛辣刺激的麻辣烫、火锅、辣条等。此外,呼气试验结果显示幽门螺杆菌感染。

薛教授表示,患者是因为长期生活不规律、不健康饮食、幽门螺杆菌感染引起的鸡皮样胃炎,该病常见于青少年,尤其是青年女性。

“鸡皮胃”与幽门螺杆菌关系密切

26岁的小李正打算备孕,不久前一次体检中,她却查出了幽门螺杆菌阳性,医生建议她暂缓备孕,做个胃镜,如果没问题,根除幽门螺杆菌后再考虑要孩子。

但无痛胃镜检查结果吓了小李一跳:一大片密密麻麻、大小不均的凸起小颗粒分布在整个胃壁表面,似拔毛后的鸡皮一般。被诊断

为鸡皮样胃炎伴胆汁反流的小李有些无法接受:“我平时都很注意饮食,怎么会患上这么严重的胃炎呢?”

其实,鸡皮样胃炎几乎100%存在幽门螺杆菌感染。幽门螺杆菌能黏附在胃黏膜的间隙里,破坏胃黏膜的黏液屏障。这层屏障被破坏后,胃里大量的高浓度胃酸就会直接侵蚀胃壁,进而导致发生炎症、糜烂、溃疡等,甚至诱发胃癌。

很多幽门螺杆菌感染者并没有明显的症状,在胃镜下也只是表现为轻度的炎性反应,但如果不及时根除治疗,长此以往,这种炎症就会逐渐加剧。其中一部分就会表现为“鸡皮样改变”,即胃黏膜不再平滑,而是凹凸不平,长出许多小凸起,就像刚拔掉毛的鸡皮。

“鸡皮胃”先治幽门螺杆菌感染

鸡皮样胃炎主要的临床症状表现为上腹部疼痛、腹胀、上腹部不适等,也有很多人并没有明

显症状。需要注意的是,鸡皮样胃炎存在发生未分化癌的风险,这是由于胃癌的发生,是胃黏膜在长期慢性炎症反应中逐步质变的结果。

但这并不是说,一旦发生了“鸡皮样改变”,一定会变成胃癌。总之,发现鸡皮样胃炎,不能掉以轻心,也不必惊慌失措。鸡皮样胃炎的主要诱因是幽门螺杆菌感染和不良生活习惯。及时祛除这两个病因,并不会有很大的风险。一般来说,幽门螺杆菌根除成功后1年~2年,“鸡皮样改变”就会自动减轻或消失,恢复原状。

至于幽门螺杆菌如何根除,建议到消化内科找专业医生进行正规治疗,绝大多数患者都能根除成功。但需要注意的是,幽门螺杆菌根除治疗成功后,也要记得每年复查一次胃镜和呼气试验。

此外,不健康的饮食、作息习惯,一定要设法纠正,不能仗着年轻就挥霍自己的身体。

摘自《大河健康报》



突然看不清 病因或许在脑

眼睛突然看不清东西,这是眼科常见的病症,但除了眼睛本身的疾病,脑部疾病,如脑梗塞也会引起这种情况。

63岁的陈先生吃完晚饭躺在沙发上看电视,突然发现双眼看东西有些模糊,开始他以为是眼睛突然花了,揉了揉眼,发现还是没有改变。在家人的陪同下,陈大爷到医院就诊。

医生询问后发现,陈大爷双眼模糊的位置都位于眼睛的右侧,类似于有人拿了一层塑料薄膜挡在了他眼前右半边部分。而一些脑部疾

病可能引起眼部出现“偏盲”,医生便建议他进行磁共振检查。检查结果证实了医生的判断,显示脑部有新发梗塞。

大同现代脑科医院李胜利大夫说,由于眼睛看到的信息要通过视神经传到大脑枕叶,脑部发生梗塞时,如果影响到视觉信号传输通道,也可能导致视力变化。所以眼睛突然看不清,病因不一定在眼,也有可能在大脑,需要尽快到专业的眼科或神经科就医。

(武珍珍)



预防食管癌 先要管住嘴

中国人有“趁热吃喝”的习惯,但一味追求“趁热吃”,你以为是享受了食物最新鲜的味道,却不知这是在给食管癌打开大门。

大同新和医院牛熊大夫表示,食管癌是常见的消化道肿瘤。热食热饮是食管癌最易忽略的病因。《柳叶刀肿瘤学》杂志曾发表过国际癌症研究机构的一项报告,其中明确警告饮用65℃以上的热饮,可能增加患食管癌的风险。

牛熊提醒,预防食管癌要从管

住嘴开始。首先,提倡吃新鲜的食物,尽量少吃腌制、熏制和烧烤、辛辣的食物。其次,少食用太热的食物,改变“趁热吃”的习惯。第三,多吃青菜和全谷物。西兰花、卷心菜可降低食管癌等多种癌症的发病率,摄入全谷物类食物可降低大约45%的患食管癌的风险。第四,提倡吃饭细嚼慢咽。总之,食管癌的预防重点,还是从改变不良的生活习惯开始。

(武珍珍)

这些疾病都与坏情绪有关



常言道“气大伤身”。生活中的许多疾病都与“气”有关,那么,情志失调又对身体健康有哪些危害呢?

焦虑——消化系统受损

心理压力、情绪不好的人群常伴随交感神经兴奋,这会导致胃的血流量减少、蠕动减慢,造成腹痛、腹胀、食欲变差等不适。

如长期处于焦虑、抑郁、紧张状态,加之进食不规律。轻则引发慢性胃炎,严重者还会诱发应激性胃炎、应激性胃溃疡等。

生气——诱发糖尿病

人处于紧张、焦虑等情绪时,交感神经兴奋,会直接抑制胰岛素分泌。若不良情绪长期存在可能使胰岛素分泌不足的倾向被最终固定,诱发糖尿病。

精神紧张——突发性耳聋

长期精神紧张、压力大、情绪波动、生活不规律、经常失眠等都是突发性耳聋的常见诱因。

情志内伤——乳腺增生

情志内伤、冲任失调是乳腺增生重要的致病因素。

临床表现以乳房肿块疼痛经前加重、经后减轻为主要特征,多见于30~50岁女性。女子为阴柔之体,常常处于“血不足、气有余”的状态,更应以和为贵,少生气。

多愁善感——淋巴结核

颈部淋巴结核结核病中医称作“瘰癧”,患者常因情志不畅、肝气郁结、气滞伤脾,以致脾失健运,痰湿内生,结于颈项而成。

由于女性相对男性而言更加感性化,心思更加细腻,所以更容易患上这种病。

情绪激动——心脑血管疾病

人在情绪激动时,会出现肾上腺素大量分泌、交感神经异常兴奋、血管收缩等现象,从而让血压快速升高,对血管造成一定损害。

患有高血压的中老年人血管弹

性差,如常急躁易怒,也就更容易发生中风。

暴躁易怒——青光眼

情绪波动是青光眼的主要诱发因素之一,经常生气可能会导致眼压升高,危害眼睛健康,平素脾气火爆者往往成为青光眼的“青睐对象”。

那么,如何保持好情绪呢?

坚持读书和学习

读书可让人心无旁骛,豁达无忧,宁静致远。

适当放宽心态

每个人都有自己的长处与短板,懂得扬长避短,认真对待每一个平凡的日子,就会有收获。

停止盲目攀比

比较是人的本能,但攀比是一种恶习,切忌因盲目攀比,而停止了自己的成长。

保持好奇心

不必安于现状,走出舒适圈,尝试一些新鲜事物,也许你会发现自己更多的闪光点。

坚持运动

适当参加体育活动,不论是迎着朝阳还是踏着晚霞,大步向前吧,把烦恼丢在身后。

早休息

保持每天7~8小时睡眠,听优美的歌曲,可调节中枢神经系统功能,使人心旷神怡。

学会倾诉

适当的倾诉不但可以释放我们的负面情绪,还可以得到他人的建议,帮助我们获得解决问题的新方法。

(市六医院)



市五医院重症医学科开展PICCO技术监测培训

大同市第五人民医院重症医学科于日前组织相关科室举行PICCO技术培训学习,参加本次培训的有心胸外科、心脏重症监护科等相关科室人员,并开展了急危重病人PICCO技术应用。会上,大家认真听讲,积极提问,认真解答疑问。随后对该科一例急性呼吸窘迫综合征合并休克的外伤患者进行监测,指导抢救。

病例简介:患者乔女士,29岁,外伤致肋骨骨折、液气胸、创伤性湿肺,休克,双下肢股骨骨折,在心胸外科治疗过程中出现急性呼吸窘迫综合征,血氧饱和度难以维持,休克,转入重症医学科行气管插管接呼吸机辅助呼吸,血流动力学极不稳定,曾出现心跳停止,心肺复苏抢救。病情凶险,需密切监测血流动力学情况,指导抢

救。征得家属同意后,行脉搏指示连续心输出量监测(PICCO)管路的留置。

PICCO(脉搏指示连续心输出量监测)是将经肺热稀释技术与动脉搏动曲线分析技术相结合,采用热稀释法测量单次心输出量,并通过分析动脉压力波形曲线下面积与心输出量存在的相关关系,获取个体化的每搏输出量(SV)、心输出量(CCO)和每搏量变异(SVV)等,以达到多数据联合应用监测血流动力学变化的目的。对重症病人治疗具有重要指导意义。

据介绍,PICCO技术的工作原理有两部分:经肺热稀释法和脉搏轮廓分析法。

经肺热稀释法 经肺热稀释操作时,对于成人会在5秒内从中心

静脉导管注射15ml低于8摄氏度的冰盐水,冰盐水随着血液,经过【中心静脉】→【右心房】→【右心室】→【肺】→【左心房】→【左心室】→【股动脉】,被PICCO动脉导管监测到血液温度改变。建议10分钟内进行3次打冰盐水操作,取平均值对脉搏轮廓分析法进行校准。

经肺热稀释法获得的参数有:心输出量指数 CIRD;全心舒张末期容积指数 GEDI;心功能指数 CFI;全心射血分数 GEF;血管外肺水指数 ELWI;肺血管通透性指数 PVPI。

脉搏轮廓分析法 动脉脉搏压力收缩压的曲线下面积,即是每搏量SV,再乘以心率HR即可获得持续的心输出量PCCO。

脉搏轮廓分析法获得的参数

有:脉搏轮廓心输出量指数 PC-CI;每搏量指数 SVI;每搏量变异 SVV;系统血管阻力 SVRI;左心收缩力指数 dPmx;心脏做功指数 CPI等。

监测该患者 CVP、CO、GEF均偏低,SVRI偏高,考虑先予加强补液治疗,容量补充后,CVP升高,CO、GEF仍偏低,考虑其心功能差,给予多巴酚丁胺强心治疗,其CO、GEF回升,同时SVRI较前下降;监测EVLWI升高,及时控制液体量,适当利尿,其数值逐渐降至正常。经救治,患者血流动力学平稳,目前正间断试脱呼吸机。

据悉,下一步该科将推广PICCO监测技术,更好地指导危重患者的抢救,提高抢救成功率。

(王瑞芳)



关爱甲状腺 科学补碘

——访大同现代医院甲状腺疾病专家黄振芬

本报记者 王瑞芳

甲状腺是人体最大的内分泌器官,是合成、储存、分泌甲状腺激素的场所。甲状腺激素的主要作用是调节机体代谢,在人体生长发育的各个阶段都扮演着非常重要的角色。碘元素不仅是合成甲状腺激素的原料,还能调节甲状腺的生长和分泌。甚至于在很多人的印象里,一提到甲状腺疾病,第一反应就是缺碘,需要补碘。

大同现代医院甲状腺疾病专家黄振芬指出,在碘盐普及之前,我国一些地区确实存在着俗称“粗脖子病”的碘缺乏疾病。但如果因为这样,就错误地认为无论甲亢还是甲减,都应该多吃海带等高碘食物,导致摄入了过多的碘。其实,我们应该根据甲状腺疾病的区别,来科学补碘。

她介绍,常见的甲状腺疾病根据补碘情况可以分为需要补碘、不需要补碘和需要禁碘三大类。

目前,缺碘导致的甲状腺疾病已不多见,市民切勿自行补碘以免耽误治疗。我国部分地区,特别是中、西部山区,属于缺碘地区,当地居民饮食中普遍缺乏碘元素,因

此常会发生一种叫“地方性甲状腺肿”的疾病,俗称“大脖子病”。该病的症状是颈部明显肿大,甲状腺功能却偏低。若妊娠期妇女患该病,会引起婴儿神经和身体的发育障碍,导致身体矮小、神智呆傻,即“呆小病”,也叫“克汀病”。因此这部分地区的人需要补充碘元素。

黄振芬说,很多人一旦得了甲状腺疾病,就认为是这种“大脖子病”,这是错误的。因为实行碘盐政策后,这种“地方性甲状腺肿”病已很少见了,相似的症状之下,很可能是其他甲状腺疾病。若大量补碘,还可能会对某些检查结果造成影响,延误诊治。

最常见的甲状腺疾病比如甲状腺肿物(结节)、甲状腺炎、原发性甲状腺功能减退等,其实根本无需补碘,此类甲状腺疾病正常饮食即可。患病后,患者甲状腺形态或功能可能出现异常,从而导致相应的症状、体征。患者颈部肿大并伴有疼痛或肿块等局部表现,还可出现浮肿怕冷、无力、心动过缓等全身表现。此类疾病一般需要通过药物或者手术治疗,不必担心碘对治疗产生什么影响。

另外,以“甲亢”为代表的甲状腺疾病需要禁碘。这里说的禁碘主要是指不要吃含碘的药物或含碘量丰富的食物,比如海带、紫菜等海藻植物,胺碘酮、碘含片等

西药或含有海藻、昆布、牡蛎等的中药。

最后,黄振芬提醒,防治甲状腺疾病应避免盲目补碘,要因地、因人、因病、因时而行,遵循个体化原则,关爱甲状腺,科学补碘。

