

# 胃出血有预警信号

医学指导:江苏省人民医院消化科主任医师张小勇教授

关键词: 消化系统疾病

**门诊播报:** 天气变化,忽冷忽热。人们肠胃不适、腹泻、呕吐的情况时有发生。江苏省人民医院消化科主任医师张小勇教授对记者说,秋末冬初,人的肠胃系统很容易出现功能失调的状况,原有胃溃疡、十二指肠溃疡的患者也容易出现复发,肝硬化病人由于抵抗力下降可能加重病情。因此,专家提醒普通市民在天气变冷时注意保护肠胃,溃疡患者应密切观察大便情况,及时发现胃出血的苗头,防患于未然。

**治疗对策:** 秋末冬初,消化道溃疡容易复发和活动,一旦病灶内的血管受炎症或溃疡侵蚀,管壁的牢固度就会降低,再加上受气候变冷影响,血管内的压力增加,自然十分容易导致血管破裂引起出血。这就是秋末冬初容易发生胃出血的原因。张主任告诉记者,大部分病人对出血不太警觉,譬如说当你感到头晕时,应该想到会不会是溃疡出血了,这时候去做大便隐血实验,很可能呈阳性。“每天出血量在5毫升以上,虽然肉眼看不到,但大便隐血实验呈阳性,出血量超过50毫升以上可出现黑便,大量出血时还会呕血。”

专家告诉记者,发生



资料图片

1500-2000毫升以上胃大出血时,病人有血压下降、休克之危险,必须送大医院实施紧急抢救,立刻补充血容量,提高胶体渗透压。并寻找病因,采取合适的止血措施,譬如用药物止血或在内镜下止血。特别要指出的是,一些小医院在这个时候用升压药是不可取的,因为病人的血压暂时升上来了,一旦再降下去就无法挽回。

**保健窍门:** 保护好你的肠胃,首先要注意调控自己的情绪。张主任说,临床工作发现,某些突发事件、家庭和工作单位人际关系的紧张、工作压力增加等导致的疲劳、焦虑和心情抑郁,都可使溃疡病发生率明显升高。而功能性消化不良患者的发病也常常与情绪变化有关。近段时间一些大学生忙于考研,经常熬夜学习,饮食也不规律,再加上考试临近

心情紧张,不少人有上腹疼痛、腹泻等症状。这就是焦虑状态下容易引起消化道异常症状。

很多人有胃病却买解热止痛药吃,这是绝对禁忌的。张主任认为,这类药会刺激胃粘膜,加重疼痛症状。OTC类的消化系统用药可以吃一点,但必须对症。原本胃肠功能不好的人冬天应保证饮食规律,尤其要注意饮食要精细,切忌暴饮暴食、酗酒,不要吃辛辣刺激的食物。尽量少吃火锅,一方面是从卫生角度考虑,避免交叉感染。另一方面是因为一边吃热辣的火锅,一边喝冰镇饮料,这种冷热反复刺激胃肠道易引起呕吐、呕血、局部溃疡。而食物太杂吃得过多都会使胃液、胆汁、胰液等消化液不停地分泌,腺体得不到正常的休息,导致腹痛、腹泻等胃肠功能紊乱。

快报记者 金宁

# 免疫性疾病患者要保暖

医学指导:南京鼓楼医院风湿免疫科主任医师刘布骏

关键词: 风湿免疫病

**门诊播报:** 气温下降,风湿免疫性疾病发病率明显增高。记者从医院获悉,因为寒冷,类风湿病相对稳定期进入活动期,病人的关节疼痛加重,抽血发现血沉加快。同样由于天气变化所致,系统性免疫病患者,如红斑狼疮病人出现内脏疾病病症,有的人蛋白尿增多,有的则是肺功能下降。据了解,天冷后风湿免疫科门诊患者骤增,普通门诊的日门诊量已由平时的四五十人上升至六七十人。

**病因分析:** “很多类风湿病人稍微几次冷水,洗几次菜就会加重病情。”刘主任告诉记者,类风湿关节炎属于自身免疫疾病,患者的免疫系统攻击自身的组织,引起患者不同关节的炎症。类风湿关节炎通常导致关节疼痛、僵硬、肿胀和潜在的关节损害,主要特点是关节对称性地肿痛,早起时手不能握拳,且90%的人是从小关节起病。如果不用有效的方法控制,炎症对关节的破坏会不断发展,最终出现关节的残疾,导致生活严重受限,甚至失去劳动能力。强直性脊柱炎、系统性红斑狼疮多发于年轻女性,天冷之后,红斑狼疮病也容易转入活动期,这是由于冬天血管收缩,人体微循环障碍加重了病情。“很多人觉得,红斑狼疮会危害肾脏、神经、血



资料图片

液系统等,而且无法根治;但事实并不那么悲观,如果控制得好的话,患者还是可以和健康人一样生活。”强直性脊柱炎以年轻男性为多,表现为晨起时腰骶部痛或腰背部僵硬感,部分患者也会有膝盖、踝关节疼痛,对于这类疾病,很多人还是缺乏识别能力的。据了解,不少强直性脊柱炎患者一开始看的大部分是骨科,直到病情加重,弄不清楚原因时,最后才转到风湿免疫科治疗。

针对免疫性疾病患者,除了风湿科的用药外,冬天还要加用一些药物,刘主任说,主要是加用扩张血管药物和降低血液粘稠度的药物。扩张血管药物常见的有拜心同或波依定等钙离子拮抗剂,降低血液粘稠度的药主要有阿司匹林等。加用

这些药物后可起到改善微循环,保护免疫性疾病患者内脏的作用。

**保健窍门:** 类风湿关节炎患者由于对包括气温变化在内的外界环境的适应能力减退,故在寒冷的天气一定要注意防寒保暖。患者冬天应该给自己准备好保暖性好、透气性强、富有弹性的手套和鞋,棉衣应保暖,宽大轻便,易穿易脱。可在病变的关节部位加棉垫、毛垫或其他取暖器材。洗菜或洗衣时尽量用温水,住房最好向阳避风,保持温暖,室内有空调或取暖器固然很好,但也要注意空气新鲜,不宜整天呆在空调房间。

红斑狼疮病人所处环境温度要随时根据气候进行调节,恰当的温度使病人感到舒适,过高的温度影响机体的散热功能,会使病人感到焦虑,温度过低会使病人易感冒,肌肉紧张,不愿活动,过冷过热都将影响体温的调节机能,影响各器官的功能,降低机体的抵抗力,导致其他疾病的发生和狼疮并发症的加重。

快报记者 金宁



主办:中华慈善总会、肿瘤康复网、南京癌协 协办:健康周刊 中科集团

# 2008中国(第十届)科学抗肿瘤专家论坛

中国科学院特聘肿瘤专家同期抵达 12月6日-7日;五大公益活动同步展开



旨在“弘扬科学抗癌理念、传播科学抗癌知识、引导正确康复道路”的“中国科学抗肿瘤专家论坛”每年一届,与中国国际高新技术成果交易会同步进行,迄今为止已连续成功举办了九届。举办九届以来,科学抗癌专家论坛凭借其专业性、权威性、知识性、公益性,成为国内健康教育的品牌论坛!

为了广大肿瘤患者早日康复,“2008科学抗肿瘤专家论坛”组委会特别邀请国际、国内科学、医学届知名专家、学者100余名,站在世界肿瘤治疗与研究的最前沿,就肿瘤防治最新科研成果,现有治疗方法、康复理念等方向的问题作了演讲和研讨。

在全国上下共同构建和谐社会的今天,为以实际行动帮助肿瘤患者积极抗肿瘤,重返社会舞台!中华慈善总会、中国肿瘤康复网、南京癌协、健康周刊、中科集团特携手在元旦来临之际举办此次大型公益活动,我们相信,广大肿瘤患者在“2008中国科学抗肿瘤专家论坛”的指引下一定能够找到最适合的肿瘤治疗方法,让生命如花绽放。

## 一、权威对话肿瘤,找到最佳治疗手段

“科学抗肿瘤专家论坛”每年一届,聚集国际、国内科学、医学届知名专家、学者100余名;就世界肿瘤治疗与研究的最前

沿,最新科研成果,现有治疗方法、康复理念等方向的问题作了演讲和研讨。届时中国科学院特聘肿瘤领域权威领军人物将会莅临南京,就如何攻克肿瘤与广大患者展开近距离对话,解析国际最新治疗手段。

讲座时间:12月6日-7日 上午8:30 开讲

## 二、众多资深专家,义务咨询

为使患者少走弯路,找到最佳的治疗手段,“2008中国科学抗肿瘤专家论坛”部分专家组成员将亲临现场接受患者咨询。他们在手术、放疗、化疗、系统生物治疗、中药治疗等领域具有30年以上临床经验,针对各种肿瘤的治疗有着丰富治疗经验和专业特长。

他们将根据患者个体病情、病中、病程的不同,针对早、中、晚期肿瘤患者给出合理的治疗方案。请患者及家属携带病历和相关资料到会咨询。

## 三、68名抗肿瘤勇士,分享康复经验

肿瘤患者要回归社会舞台,需要的是一种姿态,一种向上的面朝阳光的姿态,面对绝境,不要悲伤、不要失望,因为你并不孤单;活动期间将有68名抗肿瘤勇士与您分享成功经验。用别人的经历感悟自己,相信走过肿瘤的冬天,就一定是生命的春天!

## 四、60万启动爱心扶助工程

在我们身边,很多肿瘤患者需要社会的援助之手,帮助他们战胜肿瘤、延续生命、走出困境……本次大会中华慈善总会携手著名药企中科集团,启动肿瘤患者爱心扶助工程。计划捐助100名肿瘤患者,帮助他们重返社会。为使患者真实受益,大会上我们将现场抽取部分幸运者赠送抗肿瘤产品。

## 五、12月6日-7日大会现场派送

大会主办方将向到会的前100名肿瘤患者赠送最前沿的科学抗肿瘤资料包及2009年台历一本。

## 第十届科学抗肿瘤专家论坛讲座日程安排

时间	主题	主讲人
12月6日上午	如何提升肿瘤治疗的效果 中科院灵芝抗肿瘤研究进展	俞小平 冯敏
12月6日下午	生物免疫治疗是肿瘤患者的新希望	阚毓冰
12月7日上午	肿瘤治疗的误区 癌友康复经验交流会	任洁 抗癌明星
12月7日下午	观看专题片《十载健康与梦想》,讲述康复1到10年不同病种10位肿瘤患者感人的康复历程	抗癌明星

## 部分专家介绍

- 冯敏:** 中科院研究院院长,中科院药用真菌抗肿瘤学术带头人,享受国务院特殊津贴,《科学抗癌》一书的主编。
- 李继芬:** 清华大学附属医院肿瘤科主任,40年肿瘤临床治疗经验。
- 金遵禹:** 鼓楼医院外科主任、肿瘤专家。
- 冯鹏:** 中国科学院博士,中科院院常务副院长。
- 高明启:** 清华大学附属医院主任医师,擅长肺、脑、骨肿瘤、肉瘤等中西医结合治疗。
- 郝红霞:** 全国著名内科肿瘤专家
- 邬娃:** 江苏省肿瘤医院主任医师,全国著名化疗专家。
- 王淑芳:** 天津医大第三医院肿瘤内科专家。
- 徐国志:** 现任江苏省武警总医院肿瘤外科专家。
- 阚毓冰:** 著名肿瘤专家,擅长消化系统及妇科肿瘤的诊治。
- 任洁:** 长航总医院肿瘤科主任,擅长化疗和妇科肿瘤的诊治。

**论坛时间:** 2008年12月6日-7日 上午8:30 开讲  
**论坛地点:** 玄武区北京东路22号和平大厦11楼报告厅  
乘车路线:2、31、3、游1、52、11、70、20、48、15、140路 鸡鸣寺站下即可  
**论坛热线:025-86686828**