

消化科疾病,也可牵一发而动全身

春节期间,家人团圆、欢声笑语的同时,不少人敞开心扉享受美食。然而,大饱口福之后,各种不适也随之出现。江苏省第二中医院消化科主任中医师郑亮表示,出现肠胃不适、偏头痛、皮肤炎症及部分呼吸系统不适而不能明确病因时,可至消化科检查是否为食物不耐受所致。与此同时,冬春之交肠胃疾病较为多发,患者应多加注意,尤其是慢性萎缩性胃炎及早癌防治,可适当运用中医药进行配合。

朱晓琳

身子不适,可能是吃出来的

长期腹胀、腹泻,却查不出诱因;口腔溃疡多年,怎么治疗都不见效;总是疲倦困乏,休息多久皆无好转……生病时,患者通常会选择去相应科室诊治,但有时却查不出病因,治疗也不见成效。江苏省第二中医院消化科主任中医师郑亮提醒,很多常见不适症状的出现,很可能是因为食物不耐受。换言之,这些疾病是自己吃出来的。

食物不耐受是一种机体免疫系统对特定食物或食物成分的变态反应性疾病。据统计,高达50%的人会对某些食物产生不同程度的不良反应,可导致全身各系统产生慢性症状,其中消化道症状占44%,皮肤症状占16%,神经系统症状占12%,呼吸系统占10%,肌肉骨骼系统占7%。

据悉,可能引起不耐受反应的食品多达几十种,常见的有五种。排名第一位的是乳制品;排名第二的是含面筋食品,包括各种面食、燕麦、黑麦、大麦等;第三位的是豆类;第四位的是精制糖,包括糖果、甜食、甜饮料等;第五类为酵母,包括面包、馒头等。

郑亮表示,食物不耐受不同于食物过敏,患者难以自我发现病因及诊断。目前,医院可进行90项食物不耐受检测,大多数患者经过半年以上的禁食调整,待症状完全消退后,大部分食物可以逐步回归到食谱中。对于食物不耐受的防治,郑亮认为,补充消化酶应当有效,而天然的消化酶可从笋宝中获得。同时他强调,不适合的食物,即便营养价值再高,也不能大量食用。

慢性萎缩性胃炎及早癌防治意义重大

郑亮介绍,慢性胃炎是指不同病因所引起的胃黏膜慢性炎症或萎缩性病变,可分为慢性萎缩性胃炎、慢性非萎缩性胃炎和特殊类型胃炎。需要重视的是,患慢性萎缩性胃炎多年以后,胃黏膜会出现与胃癌有一定关系的病理改变,如不典型增生(也叫上皮内瘤样病变),同时并发肠上皮化生,而上皮内瘤样病变分低级别和高级别,高级别的上皮内瘤样病变通常被看作“早癌”。因此,慢性萎缩性胃炎及早癌防治十分重要。

慢性萎缩性胃炎的发病原因较复杂,综合来说可分为HP感染因素、免疫因素、物理化学

因素及其他因素。慢性萎缩性胃炎大多无症状或症状很轻,部分病人表现为上腹部不适、无规律性腹痛等消化不良的症状。在生活及饮食习惯上,慢性萎缩性胃炎患者应多加注意,戒烟酒,少食粗糙、过咸、油腻及辛辣和熏制食物;进食时,应细嚼慢咽,减轻胃的负担;在日常用药方面,应遵循消化科医生的建议。

郑亮表示,对于早期胃癌筛查,可用血清学ABC法联合内镜,以保证诊断准确性。在治疗慢性萎缩性胃炎和胃癌前期病变时,除了用常规西药对症治疗外,可同时开展内镜下的早期胃癌黏膜剥离术,以及中医药辨证治疗,提高治疗效果。

抑制病情、术后康复,不妨试试中医药

中医药运用在肿瘤防治方面具有不可忽视的作用。对于消化道肿瘤患者,在接受外科手术之后,可适当进行中医药干预。郑亮教授曾接诊过一位60多岁的胆囊癌患者,术后效果不理想,先后接受了9次化疗,各项指标非常不理想,家人几乎绝望。经过诊断评估,郑亮教授及时运用中医药进行干预,近两年时间,成效较为理想,患者已准备接受第10次化疗。

另有一位78岁的男性患者,接受胃部全切手术后一年,

身体状况难以支撑化疗。郑亮教授在一年时间内,为其进行了全面的评估,并运用中医药配合康复调理,恢复效果十分理想。像这样的患者不在少数,曾有位肝癌患者,入院时需要两人架着前来,看上去十分虚弱,经过两年时间的治疗,如今已能够独自前来就诊。

郑亮表示,中药治疗在提高患者抗病能力、抑制肿瘤病变及疾病的诊断和治疗上具有不可估量的作用,尤其是在调理康复方面效果明显,患者应早诊断早治疗。

专家名片



郑亮

江苏省第二中医院消化科主任中医师、教授、博士生导师。全国优秀中医药临床人才、中国医师协会肝病专业委员会委员、中国科技创新促进会专家委员会委员、国家重点建设学科“中医养生学”课题组专家、江苏省中医药学会脾胃病专业委员会副主任委员、江苏省333工程科技学科带头人培养对象、江苏省优秀中青年中医临床人才。擅长以中西医结合方法治疗慢性萎缩性胃炎、癌前期病变、反流性食管炎、功能性胃肠病、溃疡性结肠炎以及消化道肿瘤术后调理等。

门诊时间:星期一、三、五上午,星期二下午

80周年院庆 我和省人医的故事

作品选登 是你们给了我第二次生命

2010年6月我退休了,去社区参加了退休人员的免费体检,做B超时医生对我说,你左肾上有一个囊性占位,建议我去大医院做进一步检查,我选择了去省人民医院,于是,下面就发生了我和省人民医院之间的一段令我终生难忘的故事。

在2010年的7月5日,由于体检时发现的左肾问题,我住进了省人民医院泌尿外科的病房,22号病床,一切来得是那样突然,躺在病床上的我感到手足无措,精神不安。这时护士来了,护士长来了,这些美丽的白衣天使,一边用纯熟的手法给我抽血,一边用温暖的话语解释我提出的各种疑问,让我一颗不安的心渐渐安静下来,用平静的心态去迎接这次生命对我的挑战。

手术定在2010年7月12日,那天清晨,手机闹钟把我叫醒了,我一夜睡得很好,洗漱完毕的等待中,送我进手术室的小车来了,墨绿色的床单,墨绿色的被子,还有护工身上墨绿色的衣

裳,这象征着旺盛生命力量的绿色包裹着我,温暖着我,把我送进了宽敞的手术室。躺在手术床上静静等待,麻醉师跟我聊起天,问我以前从事的工作,问我一些平常的事情,其实我知道,他是在用聊天的方式缓解我手术前的紧张和压力,聊着聊着他轻轻地对我说,你闭上眼睛睡一会儿吧,于是我就睡着了。那天为我主刀的医生是张炜主任,他精湛的医术和认真的工作态度,让我在手术前就对他充满了信任。手术期间,他曾经把我手术中出现的情况跟我先生沟通,征求我先生的意见,我先生说,张主任,按照你的想法做,我们信任你。就是有了我们患者对医生的这份坚定的信任,手术做得非常成功。下午四点多钟我醒了,当时非常想亲口对我一直忙碌的医生护士们说一声谢谢,非常想亲口对我主刀的张主任说一声谢谢,可惜他们已经去做下一台手术了。

2010年7月20日,我出院

了,在医嘱中我记得最清楚的是张主任的这样一句话,跟正常人一样生活,就是这一句在正常人看来非常非常普通的医嘱,却给了我心理上非常好的鼓励,让我在出院后的日子里,把自己放在了正常人的位置上生活。这几年里我外出旅游,登上了庐山峨眉山,还从南疆乘车穿越天山山脉来到北疆,还去了美丽的张家寨九寨沟和丽江。虽然,每次出发前我都会反复纠结犹豫,想到很多不能,但只要想到张主任那句应该能够跟正常人一样生活,我立刻就有了勇气。业余时间除了旅游外我报名上了老年大学,学习中医经络养生,去艺术培训班学习古筝,和一群孙子辈的孩子们坐在一起参加古筝考级,现在又去艺术学校学习钢琴,在叮叮咚咚的音乐声中,生活过得充实而且多姿多彩。

五年多过去了,住院期间为我抽血验血、挂水送药,为我耐心解释问题的护士们肯定不记

得我了,住院期间为我成功做肾肿瘤切除手术的张主任也肯定不记得我了,但这都没有关系,因为我永远不会忘记他们,我一直对他们抱着一颗感恩的心,是他们给了我第二次生命,并让我在第二次生命中活得自信充实。

洪燕 整理 通讯员 成运芬

现代快报/征文启事

征文内容:请围绕“我和省人医的故事”尽情展开。

征文要求:以记叙为主,字数在1500字以内,要求行文流畅,有真情实感,细节生动。

征文时间:2015年9月28日—2016年3月31日

投稿邮箱:whsrydgs@126.com(来稿请注明“我和省人医的故事”征文,并留下姓名和联系方式)

作品展示:来稿作品将组织评奖,优秀作品给予奖励,并择优在《现代快报》上刊登。

春节过后 小心银屑病找上门

王先生今年32岁,春节期间和亲朋好友相聚,免不了多喝几杯,加上气候变化较大,不慎感冒。最近几天,王先生四肢长出了许多粟粒大小的红色丘疹,长势密集的已融合成斑块,并且上面还覆盖了厚层白色鳞屑,一刮易出血,经南京市第二医院皮肤科诊断后,确认其患上了寻常型银屑病。

该院皮肤科闫宁医生介绍,银屑病是一种炎症性皮肤病,特征性的皮损是境界清楚、上覆银白色鳞屑的红色斑块,轻轻刮除表面鳞屑,逐渐露出一层淡红发亮的半透明薄膜,再刮除薄膜,则出现小出血点。白色鳞屑、发亮薄膜和点状出血是本病的临床特征。银屑病的促发因素包括感染、内分泌失调、药物因素等,此外,吸烟饮酒、气候干燥、寒冷等环境因素也会引起或加重疾病。饮酒过量、上呼吸道感染,很可能是王先生发病的诱因。

闫医生告诫广大患者,切不可听信小广告的宣传,自行购药治疗,因为病情的恶化常来自于药物使用不当。一旦发病,请及时前往正规医院治疗,以免耽误。

嵇旭东 朱诺