

11月3日,2018年无锡健康文化大会暨“千名医生服务十万市民”活动在天然氧吧惠山古镇景区举行。南京市中医院、南京脑科医院、江苏省肿瘤医院共派出八位专家赶赴现场,在淅淅沥沥的小雨中,从上午八点到十一点为百名患者义诊。不少慕名前来的市民表示:“没想到在无锡能看上南京的专家,这场跨城市的义诊太有爱!”

通讯员 郭林花 徐晓蓉 张明
见习记者 梅书华
现代快报+/ZAKER南京记者
刘峻/文 张俊哲/摄

“南京名医团”无锡受热捧
八位大咖现场为百名患者义诊

糖尿病人 一天三包烟 当心脑梗!

糖尿病患者一天三包烟
专家:当心脑梗!

早上八点,义诊刚开始,一位老先生就来到南京市中医院义诊台前,向南京市中医院心血管科副主任中医师黄霞咨询。原来这位患者患有糖尿病,还是个“老烟枪”,“抽烟四十五年了,现在一天一包,以前一天三包。”他刚说完,黄霞立马说,赶紧戒掉!抽烟对于糖尿病患者来说,是很高危的行为,极易引发脑梗。

糖尿病人为什么要戒烟?黄霞告诉现代快报记者,吸烟有害健康,对心血管的危害更大,糖尿病患者的血管本身就非常脆弱。“糖尿病不可怕,可怕的是血管病变等并发症。”

黄霞介绍,糖尿病患者的血糖比普通人高,这就像是把血管长期泡在糖水里,血管会被腐蚀,继而出现血管病变。除此之外,患者的神经也会在高血糖中麻痹,神经的敏感度降低了,患者的痛感自然也没那么明显,一些疾病的症状很容易被隐藏起来。

黄霞表示,香烟里的焦油会损伤人体血管的保护膜——内皮细胞,这层内皮细胞一旦损伤,血液里的一些垃圾就会沾到血管壁上,等垃圾越堆越多,血管就堵上了,脑血管堵上就是脑梗。

一次脑梗,他盯着一种药吃了近20年
专家:别忘了复查!

南京脑科医院的义诊台前也有不少患者,80多岁的刘大爷曾经做过垂体瘤手术,担心会复发。南京脑科医院康复医学科副主任医师张传文询问病史后发现,刘大爷的垂体瘤不用担心,倒是要小心脑梗复发。

刘大爷说,已服用了敏使朗这种药物近20年,张传文十分疑惑:“这是一种增加脑供血的药物,不用服用这么久。”进一步追问后,他才知道刘大爷十几年前发过一次脑梗,治疗后一直吃这个药,觉得自己身体挺好的,也就没有复查过。

张传文提醒,像刘大爷这样自我感觉良好的患者,很容易产生脑梗不会复发的错觉,其实这样非常危险。他介绍,脑梗塞是五年内平均复发率在40%以上的缺血性脑血管疾病,一定要寻找和控制危险因素,“三高”人群需要坚持用药。

针对坚持用药这一点,张传文强调,大多数“三高”患者觉得自己身体没有什么不舒服,就不把吃药当回事,尤其是年轻人排斥吃药,觉得一吃药就是病人,最后出现了随意停药,导致出现严重并发症。



义诊现场

三天前查出胃癌,幽门螺杆菌指标呈阳性
专家:全民抗“菌”很重要

30岁的王女士拿着一袋资料坐在了江苏省肿瘤医院的义诊台前,还没开口,眼睛就红了。江苏省肿瘤医院普外科主任医师文旭了解后发现,王女士的妈妈三天前查出了胃癌,幽门螺杆菌的检查结果为阳性。之前,她的妈妈一直有胃不舒服的症状,但没当回事,没有检查。

胃癌和幽门螺杆菌有着什么联系?文旭介绍,幽门螺杆菌是一

种生存于人体胃幽门部位的细菌,已经被列入一类致癌物清单。感染了它,会出现嗳气、腹胀、反酸、食欲减退等症状,但许多人觉得是因为饭吃多了,就忽视了它,其实做个检查很必要。这种细菌感染会引起慢性胃炎、胃溃疡、胃萎缩,严重可导致胃癌。

小小的细菌怎么揪出来?文旭告诉现代快报记者,最好的方式是做胃镜,可以详细了解胃部

的情况,如果害怕做胃镜,吹气检测也可以查出幽门螺杆菌。他还强调,消灭这种细菌也不难,90%的细菌感染者经过1~2周治疗后,体内的幽门螺杆菌就能消灭干净。文旭建议,少聚餐,最好用分餐制度。因为中国人喜欢一起吃饭,这样的饮食习惯加大了幽门螺杆菌感染率。一个人感染了幽门螺杆菌,一家人都要接受检查和治疗。

这些人最容易被食管癌盯上
专家:过烫的食物是致瘤物

江苏省肿瘤医院的义诊台前,四位专家接受了不少前来咨询的患者。江苏省肿瘤医院胸外科主任医师胡振东表示,其实有的肿瘤是可以通过健康的饮食锻炼去预防的,还有一些问题能够和身体共存,不需要太多的干预。

胡振东提醒:“很多高发癌症与自身的生活习惯息息相关,生活习惯改变了,才能避免‘踩雷’。”他告诉现代快报记者,中国的食管癌发病率较高。

哪些人容易被食管癌盯上?胡振东说:“有段时间,我对我的食管癌患者做了个小调查,发现

有一半患者每天的酒量在半斤以上。”他介绍,人的消化道有一层保护膜,酒喝下去,保护膜就没了。接下来,这些刺激的东西会不断刺激裸露的消化道,从而引发肿瘤。

爱吃烫的食物,也是食管癌的诱发因素之一。胡振东给出了一个选择题:“一瓶超过65℃的纯净水和一瓶草甘膦放在你面前,你会选哪个,大家肯定会选水,但事实上,它们都是2A级的致瘤物。”烫的食物有多可怕?他介绍,人的口腔食管温度正常在37℃,耐热温度在50℃到60℃,感觉到

烫,就说明温度达到70℃或者80℃,食管被烫后,它表面的一层膜会脱落下来,再对它反复刺激,就会导致异常增生形成肿瘤。

现在很多人知道腌制食品要少吃、霉变的食物更不能食用,那么经历了腌制和霉变这两道工序的豆腐乳是不是食管癌的一大帮凶?胡振东告诉记者,豆腐乳发霉过程中产生的毛霉菌是可食用的,它不含亚硝胺。而且豆腐乳去掉了豆腥味和一些胀气因子,同时把蛋白质分解成了各种氨基酸,还增加了一些维生素B族的含量,所以它还是比较有营养的。

如果你在寻医问药过程中,有什么不明白的事、有什么不愉快的体验,甚至遭遇了欺诈,请跟我们韶一韶。可以拨打现代快报大健康投诉热线96060,也可以扫码关注“乐活健康族”微信公众号。

