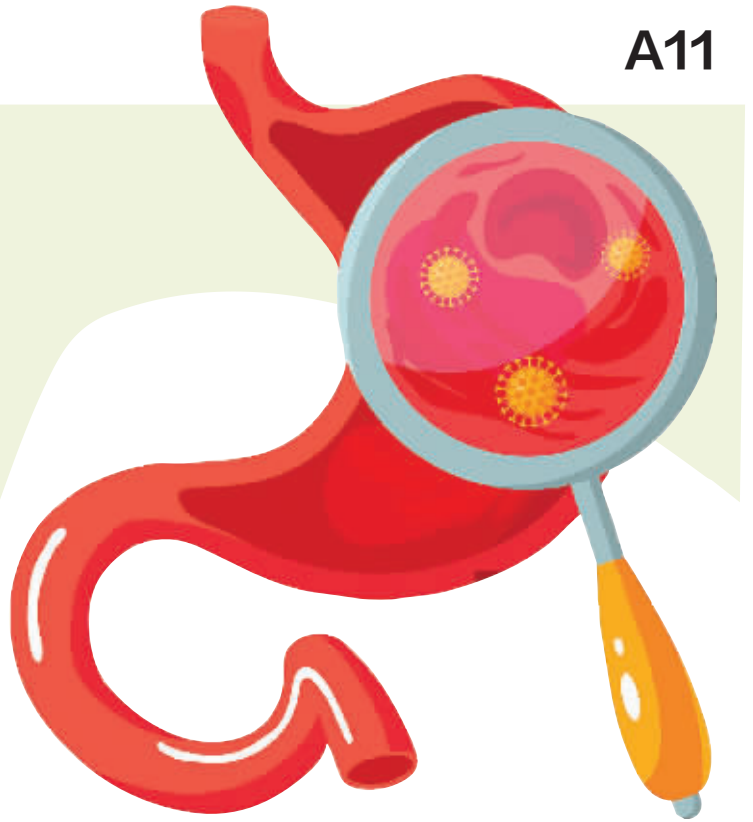


名医天团直播之39

## “镜”收眼底 让肠胃问题无处藏身

如今,大家越来越关心自己的身体健康了,朋友圈各种看不完的养生推文,身边的体检机构也越开越多,B超、CT等都加入了体检的常规检查当中,但是和人体健康息息相关的消化系统——胃肠道问题却是B超和CT不容易检查出的。3月26日,现代快报+·ZAKER南京联合天下美篇报,在美篇App上进行了“名医天团”第39场直播,我们邀请到了东部战区总医院消化内科副主任医师刘畅和大家聊聊做消化内镜的重要性。

实习生 王敏 李寒清 现代快报+/ZAKER南京记者 任红娟



视频截图

**问:消化内镜到底是什么?**

**刘畅:**消化内镜主要包括胃镜、结肠镜、小肠镜、胶囊内镜等。如对上消化道的检查,包括食道、胃、十二指肠的内镜检查,主要是做电子胃镜;对小肠、空肠、回肠的检查可以选择做胶囊内镜或小肠镜;对升结肠、横结肠、降结肠、直肠的检查可选择做电子结肠镜。

**问:胃肠道为什么需要用消化内镜来检查?**

**刘畅:**消化道属于空腔脏器,肝脏、胰腺等用到的B超或CT检查,对于消化道早期的病变分辨率不高,通过电子胃镜和肠镜的手段,可以直接到达消化道的内部,进行最直观的观察。而且如果出现病变,可以第一时间进行活检来明确诊断,甚至现在进一步发展到可以通过消化内镜进行早期病变的治疗。所以,胃肠镜检查目前并没有其他的检查可以替代。

**问:什么是无痛胃肠镜?**

**刘畅:**无痛胃镜相对于一般胃镜而言,是指在做胃镜检查前对患者实施麻醉,病人在胃镜检查过程中,很快进入睡眠状态,且环咽肌较松弛,有助于胃镜推进。但有一些患者并不适合做无痛胃镜,比如说高龄患者、心脑血管疾病患者、有精神情绪问题的患者以及身体特别虚弱,重度贫血、重度营养不良等患者,麻醉的风险会成倍增加。做普通胃镜时也会通过咽喉部麻醉药剂缓解患者不舒服的状况,还能帮助患者克服对胃镜的恐惧。

**问:什么时候需要做胃肠镜检查?**

**刘畅:**到了一定年龄要把胃肠镜检查列入常规体检项目。一般40岁以上的人群建议做胃镜的首次筛查,有胃癌家族史的人群,建议在其亲属患病年龄段的前10年就要开始一级预防。一般50岁以上的人群建议做一次结肠镜筛查,因为这一部分人群结肠中检出息肉的概率超过50%,而80%的结肠癌早期都是由息肉逐渐演变而来。

**问:做消化内镜前,要做哪些准备工作?**

**刘畅:**如果上午做胃镜,早上需禁食,若胃排空能力弱一些,前一天

22点之后不宜喝水进食。如果是肠镜检查,应提前一周预约,在这一周内尽量保持饮食清淡,多选择粗纤维的食物,这也可以减轻洗肠时的痛苦。

**问:消化内镜做完后,需要注意哪些?**

**刘畅:**做无痛胃肠镜后唯一的要求,就是当天做检查的患者不要开车,因为当天打的静脉麻醉药可能没有完全代谢,会影响患者的思维敏捷度,也会影响对方向的控制。部分人群做完肠镜后可能会出现腹部痉挛性疼痛,想上厕所等感觉,这时一般建议患者稍微走动,经过排便、排气,症状会有所缓解。

胃肠镜检查的时候,有的时候要活检,患者也不要担心是不是有癌变。比如医生做胃镜检查的时候看到胃里的一部分有萎缩了,取一块活检,看看是不是有萎缩,这对病人也很重要,要定期来检查。有的时候发现溃疡了,也要通过活检来确定良恶性。

**问:什么是胶囊内镜?**

**刘畅:**胶囊内镜属于一种无创的检查手段,患者通过口服一颗和拇指差不多大的胶囊来实现对消化道的检查。胶囊内镜的原理是借助消化道蠕动使之在消化道内运动并拍摄图像,医生利用体外的图像记录仪和影像工作站,了解受检者的整个消化道情况。

但其也有一个缺点,如果发现病变,胶囊内镜无法取活检,所以通常适用于初步体检、对胃肠镜不耐受或者对胃肠镜检查存在恐惧心理的人群。另外,部分小肠有病变的人群也不适合胶囊内镜,主要是防止因为肠道狭窄,胶囊被卡住。

**问:胃部疾病的发生和幽门螺旋杆菌有什么关系吗?**

**刘畅:**幽门螺旋杆菌和很多胃部疾病息息相关,比如胃溃疡、胃炎。也就是说幽门螺旋杆菌感染以后,患者出现胃溃疡、十二指肠溃疡的几率会高于普通人。幽门螺旋杆菌感染后,如果不注意生活方式,熬夜、三餐不规律等,诱发溃疡和胃炎的概率会很高。而且随着幽门螺旋杆菌的感染,很多病人会发展为慢性萎缩性胃炎,但它与胃癌的相关性并不高,只有2%。

通常是通过口口传播或食物污染所致,所以幽门螺旋杆菌的感染有明显家庭聚集现象。虽然幽门螺旋杆菌感染与很多胃部疾病有关,

但是大家也不要担心,可以通过抗幽门螺旋杆菌治疗杀死细菌,从而保护胃黏膜。

但要注意的是,经有效治愈后,如果患者不注重日常生活的护理和保养,比如长期大量吸烟喝酒,而且不注意手卫生,还是可以再出现幽门螺旋杆菌感染的。所以平时一定要养成健康的生活习惯和饮食习惯,也要分餐进食。

**问:诊断出了胃溃疡,饮食上、生活上有什么需要调整?**

**刘畅:**胃溃疡是指胃镜检查发现胃黏膜有破溃,破溃的深度达到黏膜肌层,跟胃酸分泌过多、进食不注意或伴有幽门螺旋杆菌感染有直接关系。在治疗上首先要查明是否有幽门螺旋杆菌感染,有或没有这种细菌感染会影响到治疗的方案。第二,胃溃疡的一个疗程需要一个半月,注意复查,必要时需要重复治疗。第三,注意生活规律,戒烟戒酒,不吃辛辣刺激性食物,不喝浓茶咖啡。

**问:患胰腺炎有哪些注意事项?**

**刘畅:**胰腺炎的急性发作期最重要的是禁食水,建议积极前往医院就诊,做必要的抽血及辅助检查以明确病情,遵医嘱补液、抗感染或治疗原发病。胰腺炎在治疗好转、逐渐恢复饮食的过程中要循序渐进,主要就是从小米粥开始,逐渐进食流食,如果上腹部胀痛不明显再逐渐增加进食量,如果上腹部胀痛较明显,甚至恶心,就需要减少进食流食的量。掌握少量多餐原则,每次少吃点,一天多吃几次,从米汤逐渐到小米粥,由稀到稠逐渐增加,逐渐适应了再试着进面食、面条等质软好消化的食物。在很长一段时间都要避免油腻、辛辣、生冷食物刺激,更不要饮酒。

**问:大便带血是不是肠道出现了问题?**

**刘畅:**大便带血是指排便时粪便伴有血液,便血颜色可呈鲜红、暗红或黑色。并不是只要便血就是疾病的恶变。生活中常见的痔疮、肛裂、结肠炎、肠道息肉都会有便血的出现,只是这些疾病所导致便血的颜色和原因都有略微的不同。所以如果经常出现便血,建议去医院诊治,查明具体病因。

### 专家介绍

刘畅

东部战区总医院消化内科副主任,副主任医师。医学博士、博士后。任南京医科大学硕士生导师。美国德克萨斯大学MD Anderson肿瘤中心胃肠肿瘤科高级访问学者。现任江苏省医学会消化病学分会副主任委员、中华医学会消化病学分会生物样本库协作组委员。



扫码关注  
精彩直播不错过