

烧烤火锅加冰啤 “快乐标配”带来“难言之隐”

肛肠疾病进入高发期,年轻患者扎堆



夏季炎热,烧烤、火锅、冰啤酒成了不少人的“快乐标配”。然而,辛辣刺激的食物轮番下肚,肛肠疾病也悄然进入高发期。本期《名医诊室》,记者走进东南大学附属中大医院肛肠科主任张波教授的诊室。在这里,有人因反复便血焦虑不安,有人惧怕手术疼痛迟迟犹豫,更有人将暗红色的血当作“小毛病”,险些酿成大祸。面对复杂多样的病症,张波为患者一一化解难题。

通讯员 程守勤 刘敏
扬子晚报/紫牛新闻记者 万惠娟



专家名片

张波,东南大学附属中大医院肛肠科主任,主任医师,医学博士;英国圣马克肛肠医院访问学者。长期从事肛肠专业临床、教学和科研工作,攻读博士期间,师从国内著名肛肠专家丁义江教授。擅长运用“中西医结合”的方法对常见肛肠疾病及疑难杂症进行诊断与治疗;在肛肠疾病术后疼痛管理方面独有独到之处;对于便秘、克罗恩肛周疾病等诊治方面亦有深入研究。

年轻患者扎堆 肛肠病不再是“老年病”

让人意外的是,来找张波看痔疮的,一大半竟是30岁左右的年轻人。29岁的小吴(化姓)专程从安徽阜阳赶来。她排便后肛门疼痛、坠胀不适,每次要趴上一个小时才能缓解。两年来,她用了各种痔疮药,效果却不理想。张波检查后发现,她患有陈旧性肛裂伴三期痔疮,保守治疗已难奏效,建议择期进行手术。

“夏天做手术,会不会比天凉时更容易发炎?”“手术前要喝泻药还是灌肠?”“每天换药会不会很麻烦?”小吴的担忧一连串抛出。张波一一解答:“不需要喝泻药,术后感染概率很低。住院期间每天换药,出院后视伤口情况每周到三次即可,也可以就近在社区医院处理,或者在家自行护理。”

痔疮反复发作,到底要不要手术?这是当天门诊被问得最多的问题。“痔疮手术有严格的适应症。”张波总结了两个“硬指标”:一是便血严重,反复发作,保守治疗无效,甚至导致贫血;二是疼痛明显,排便后痔核脱出,无法自行回纳,一般已达到内痔三期以上。至于手术

方式,往往是传统与微创相结合,外切内扎、套扎、打硬化剂,根据患者情况灵活选择。

“我听人家讲,痔疮手术后疼得受不了。”不少患者长期受痔疮困扰,却迟迟下不了决心。对此,张波介绍,术前超前干预,术中采用微创技术并加用长效镇痛剂,术后配合中药坐浴、穴位疗法等,“镇痛方法很多,患者术后的疼痛感比过去已大大减轻。”

便血不一定是痔疮 这个“暗号”要警惕

30岁的小怡(化名)坐着轮椅,由妈妈推进诊室。小怡妈妈曾是张波的老患者,而小怡因腿部手术后卧床一段时间,饮食也不规律,导致痔疮急性发作引发肛裂,便血严重。“用点药就能好转,但肠胃也要调理。多吃粗纤维,荤素搭配,每天揉揉腹部。”张波细心叮嘱。

“我排便并不干,怎么也肛裂了?”小怡不解。张波解释,很多人以为只有便秘才会导致肛裂,其实腹泻时直肠冲击力增大,同样可能造成肛管撕裂。

一下午的诊室,年轻面孔来来往往。张波介绍,年轻人肛肠疾病发病率近年来呈上升

趋势,与饮食辛辣、喝水少、久坐、熬夜疲劳等生活习惯密切相关。其中痔疮最为常见,肛周脓肿、肛裂、肛瘘及直肠良恶性肿瘤也不少见。多数患者会因便血、便后疼痛、肛门坠胀、腹胀便秘等问题前来就诊。

“一般鲜红色出血通常提示内痔或肛裂,而暗红色血则需高度警惕,可能指向肠炎甚至结直肠肿瘤,有时还伴有黏液性分泌物,需进一步做肠镜检查。”张波提醒,肛肠疾病以良性病灶为主,但结直肠、肛管恶性肿瘤的发病率逐年上升,早期症状极具迷惑性,极易与痔疮混淆,延误最佳治疗时机。

“最近接诊了一位直肠肿瘤患者。他因便血、排便不尽来就诊,指诊检查发现距肛缘约3厘米处有一个大包块,几乎占满了肛门的半圈多。直肠肿瘤发展相对较慢,长满一圈通常需要一年到一年半。患者有症状已经半年了,一直以为是痔疮,工作忙没来看,就诊时肿瘤已经长到大半圈了。”他惋惜地说道。

不只治病更解忧 线上线下守护患者健康

50岁的周先生(化姓)被

肛窦炎反复折磨许久:“刚开始只是走路时感觉肛门肿胀,现在觉得发炎了。问题说大不大,但反反复复,很折磨人。”张波宽慰道:“肛周疾病多是慢性病,不用太紧张。免疫力下降、疲劳熬夜后会加重,休息好了就会好转。可以用点药,每天温盐水坐浴十分钟,能很好缓解,总的趋势是越来越好,你放心吧。”

“张主任讲得太仔细了,刚刚出去的患者都说他讲得好。”周先生终于放下心来。

每天面对大量患者,同样的话要说上百遍千遍,张波主任却不厌其烦。“很多患者是第一次来看病,网上信息看多了容易焦虑。我多讲一点,让他们对饮食、生活习惯多加注意,少一点焦虑,对恢复有好处。”

夏季肛肠疾病高发,如何防患于未然?张波建议,多吃粗纤维食物,如山芋、南瓜、花菜、芹菜等,荤素搭配;多喝水,适当运动,促进肠道健康蠕动。辛辣刺激食物和酒并非完全禁忌,但应减少摄入;避免久坐久站,一般认为持续超过两三个小时不活动即为久坐或久站。此外,不要过度疲劳、熬夜,“从饮食、活动、作息上多加注意,很多问题就能避免。”

女子千里求医 “无痕减重”32.5斤

扬子晚报讯(通讯员 朱研 孙小培 记者 姜天圣)日前,镇江市第一人民医院(又名镇江康复医院)减重代谢外科团队成功为一名32岁女性肥胖患者实施单孔腹腔镜袖状胃切除术。术后患者恢复良好,体重由术前90公斤降至73.75公斤,腹部切口隐藏于脐部褶皱中,几近无痕。

对于32岁的钱女士(化姓)来说,体重秤上的数字曾是压在心口的一块大石头。5年前,钱女士的体重开始进行性增加,就诊时,身高163厘米的她体重达90公斤,身体质量指数(BMI)高达33.9(正常范围:18.5至24)。

钱女士曾多次尝试控制饮食与体育锻炼减重,但均出现明显反弹。肥胖不仅影响其日常生活,更引发了脂肪肝、睡眠呼吸暂停综合征等一系列健康问题。

钱女士和丈夫是山西人。一次偶然的的机会,钱女士在网上了解到镇江市第一人民医院减重代谢外科在减重手术方面有着丰富的经验,夫妻俩决定跨越千里,从山西赴镇求医。

入院第二天,详细的术前检查结果让钱女士自己也吃了一惊:除了已知的肥胖和脂肪肝,她还患有代谢综合征、高胰岛素血症、维生素D缺乏,睡眠监测提示重度阻塞性睡眠呼吸暂停。这些“警报”意味着,减重已不仅是“美”的需求,更是“命”的刚需。

该院减重代谢外科副主任、副主任医师侯雯璐说:“针对钱女士的情况,科室团队决定为其实施腹腔镜袖状胃切除术。”应患者对术后美观的强烈诉求,手术团队采用了单孔腹腔镜技术,即在脐部开设一个操作孔道完成全部手术步骤。相较于传统多孔腹腔镜手术,单孔技术可最大限度隐藏手术疤痕,达到美容效果。

钱女士住院第三天,手术如期进行。令人惊喜的是术后恢复迅速,钱女士术后第二天即达到出院标准,一周后切口基本愈合,两周拆线。目前,藏在肚脐天然褶皱里的切口已几乎看不出痕迹,真正实现了“隐形手术”的美容效果。术后随访显示,钱女士已减重16.25公斤,相关代谢指标及睡眠呼吸状况亦得到明显改善。

用团结协作 弘扬我们的时代主旋律



咱 们 工 人 有 力 量