

# 十年难治的胃肠不适问题,在家门口解决了!

## 省中医院专家常驻奉化 “破解”市民“心身难题”

自认为得了绝症的61岁阿姨,现在每天乐呵呵地上街买菜;整夜失眠肚子痛的32岁公司白领,一个月后容光焕发地前来复诊;15岁女孩半年暴瘦22斤,一度连饭都吃不下,如今活力满满地为中考作最后的冲刺……

2023年2月,奉化区中医医院与浙江省中医院开展深度合作,浙江省中医院下沉专家——省名中医钦丹萍教授、省中医院陈春风主任医师定期到该院坐诊。当年9月,借助钦丹萍省级名中医工作室平台,该院启动心身消化诊疗中心,开创了全新的消化系统疾病心身整体诊疗模式。

两年以来,越来越多身陷“肠胃难题”的患者在这里全面恢复身心健康,重拾生活的信心与活力。



奉化区中医医院党委书记周耀在启动仪式上致辞。

### 3 双管齐下 中西医结合巧解“肠胃难题”

孟祥娣是奉化区中医医院消化内科(脾胃病科)副主任医师,钦丹萍教授和陈春风主任医师在奉化定期坐诊时,她和同事轮流参与跟诊。她说,跟诊的过程,也是她和同事不断学习的过程。

她的感触是,心身消化疾病的中西医结合治疗在调节消化道局部症状与全身功能方面形成互补。“西医在解决消化道局部问题方面有优势,而中医在发挥全身调节方面有特色。两者互为补充,相得益彰。这也是为什么这么多心身消化疾病患者找到这里的原因。”

32岁上班族每天和“上大号”较劲,只要一天拉不出来就坐立不安。大便不畅时,甚至试过徒手抠,抠完才觉得如释重负。在奉化区中医医院接受中西医结合治疗3个月,“心病”渐渐消失。

39岁的小卖部老板反复腹泻10余年,一直查不到确切病因,常年在各大医院的门诊打转。在奉化区中医医院接受治疗两月,腹泻症状得到明显改善。

……

记者从奉化区中医医院了解到,该院心身消化诊疗中心配有省级名医工作室、消化科病房及门诊、内镜室(具备胃肠检查及幽门螺杆菌检测)、心理评估室等。集结省级名中医、消化科医生、精神科医生、心理评估师、营养师等多学科力量,为心身消化疾病患者一站式排忧解难。

记者 庞锦燕 通讯员 陈怡



陈春风在门诊中。

### 1 十年间因肠胃问题辗转求医 家门口治疗一个半月迎来惊喜

很多患者都有过这样的经历:肠胃不适,反复出现腹痛、腹泻、便秘、腹胀、恶心等症状,但经过各种检查却未发现器质性病变。这类患者常常陷入无尽的苦恼和担忧之中,以为自己得了不治之症。

据相关数据显示,消化系统心身疾病位居内科系统心身疾病的第一位,45%-75%的消化系统疾病伴有心理社会因素,并呈逐年上升趋势。

心身消化门诊是以多学科诊治为特色的消化系统疾病临床诊治门诊,将心理干预与临床治疗结

合,双管齐下,采取综合治疗措施,有效缓解因情绪问题引起的消化道症状。

“这十年间,我跑遍了各大医院,没想到在家门口看好了。不仅肠胃问题消失了,吃得好睡得香,整个人的状态都跟着好了,不知道该怎么感谢您才好!”近日,46岁的刘女士(化姓)来到奉化区中医医院复诊时,对着陈春风再三表示感谢。

十年前,刘女士就开始反复出现大便异常,并伴有腹痛、腹胀等症状,随着年龄的增加,疼痛程度和频率逐渐加重,还影响到了睡

眠。“消化科、肛肠科、心内科、神经内科,我全部跑了个遍,胃肠镜、腹部CT、心电图也全做过,都查不出问题。我是不是得了‘绝症’?”第一次坐在陈春风面前时,刘女士拿出一摞报告单,愁容满面地诉说着自己的痛苦。她说,因为长年治疗无果,她的家人也开始变得不耐烦,甚至质疑她“作”。

经过仔细询问和检查,陈春风排除了刘女士的器质性问题,确诊她为功能性腹痛合并焦虑。接受了一个半月的治疗和心理疏导后,刘女士腹痛腹胀、睡眠问题的症状得到了显著改善。

### 2 追寻心身隐秘线索 一句问候、一个玩笑都可能是导火线

从事心身医学和心理卫生工作20余年,陈春风常年与心身消化疾病患者打交道。“胃肠道是最能表达情绪的器官之一,心身消化疾病以‘肠脑互动异常’为核心发病机制。在我的门诊里,九成左右的患者都伴有各种消化道不适症状。有人主诉恶心想吐、吃不下饭;有人动不动腹泻拉肚子;有人觉得‘肚子里有一股气跑来跑去’……”

简单地说,心身消化门诊看的是消化道疾病及引起的情绪问题、情绪问题导致的功能性胃肠病、情绪问题同时伴有消化道疾病。

在陈春风看来,相比于器质性胃肠病,心身消化疾病更“难治”。“器质性疾病比如胃溃疡,病人接

受治疗后,症状马上就有缓解。但心身消化疾病没有器质性病变基础,很多病人不相信自己没有病变。门诊中有的病人一年做了无数次检查,反复就医,钱没少花,病却没有起色。自己变得越来越焦虑,越焦虑症状就越重,进而影响到睡眠,形成一个恶性循环。”

心身消化门诊的医生既是消化内科医师、心身医学科医师,又是心理治疗师。他们不仅仅关注患者的身体症状,更重视探索其背后的心理根源。

61岁的仇阿姨常年无故“闹肚子”,近半年来郁郁寡欢、深居简出,连出门买菜都不愿意,儿子好不容易才把她带到心身消化门诊。第一次面对来自省中医院的

专家时,她开口就是一句丧气话:“好不起来了,药也不用吃的。”和仇阿姨耐心交谈后,陈春风抽丝剥茧,找到了关键线索:老人家3个月瘦了十几斤,出门总是被问是不是生病了,她听多了觉得不舒服,索性闭门不出。

15岁的花季少女小雪(化名)严格控制饮食,半年内体重从112斤减到90斤。体重下降后,经常腹胀、吃不下饭。原本跑步测试次次能拿满分,最近的一次测试却因为跑不动拿了零分。经过专业评估,小雪被诊断为进食障碍。陈春风发现,这是一个很追求完美的女孩,她把对自己的严苛不仅用在学习上,还用体重控制上,而起因是有同学开玩笑说她胖。