

5只梭子蟹下肚，凌晨腹痛又呕吐

医生：这几类人群要特别注意

近期，一大批梭子蟹正“爬上”宁波人的餐桌。不过螃蟹虽鲜，但也不能贪吃。此前，男星王嘉尔因连吃了3只酱蟹，食物中毒凌晨送医。宁波大学附属第一医院消化内科门诊最近也接连接诊因吃蟹感到不适的患者，其中吴先生（化名）的经历，让不少吃货捏了把汗。



图片由AI生成。

眉部因意外留下疤痕 新技术助其重拾自信

宁海青年小王幼时因意外在眉毛处留下一道明显的白色疤痕，这成了他最大的“心病”。日前，他来到宁波大学附属妇女儿童医院整形美容门诊求助。整形美容科毛发专科团队仔细评估了他的疤痕情况，发现由于疤痕组织血运较差、质地硬韧，常规治疗难以实现自然外观，团队最终决定采用先进的FUE技术，也就是毛囊单位提取术，为其进行眉部疤痕毛发移植。

据介绍，FUE技术不同于传统术式，无需切除头皮，而是通过微创方式从后枕部逐个提取健康的毛囊单位，再精细移植至疤痕区域。目前主要用于治疗雄激素性脱发、疤痕处毛发缺失等永久性毛发缺失。手术创伤小、恢复快，更能实现“无痕”效果，尤其适合疤痕修复和毛发美化。

基于对医院技术的信任，小王决定接受手术。手术过程顺利，术后恢复良好。短短几个月，移植的毛发自然生长，原本明显的疤痕被覆盖，眉毛形态对称、外观自然。小王欣喜地表示：“终于可以坦然面对镜子和未来了！”

毛发移植专家提醒，疤痕毛发移植对医生技术和经验要求极高，目前该院毛发专科门诊已开展多项毛发修复与养护技术，包括头皮检测、营养注射、微针治疗、激光生发等，为脱发、疤痕无发等人群提供全方位解决方案。

此外，对于疑难、重度的病例，该科还长期与上海第九人民医院整形修复科等国内顶尖医疗机构保持协作，真正实现“家门口的优质医疗”，帮助更多患者重拾自信、拥抱新生活。

记者 程鑫 通讯员 马蝶翼 文/摄



专家进行毛囊单位种植。

1 贪吃梭子蟹，闹出大动静

“今年第一波梭子蟹刚上市，想着多吃几只尝尝鲜，哪想到会闹出这么大动静。”躺在病床上的吴先生捂着肚子，脸上还带着痛苦的余悸。事发当晚，他一顿晚饭干掉了5只梭子蟹，蟹黄蟹肉吃了个痛快，可到了凌晨，一阵剧烈的上腹痛突然袭来。

吴先生蜷着身子，膝盖抵着胸口，这是他能找到的唯一能稍微缓解疼痛的姿势。伴随着剧烈疼痛的还有阵阵的恶心呕吐。家人见状赶紧送他去急诊，抽血

结果显示，他的血清淀粉酶高达386U/L，甘油三酯更是超过30mmol/L（正常一般不超过1.7mmol/L），结合影像学检查，医生诊断其为急性胰腺炎，连夜收入消化内科。

“吴先生本身有高血脂，平时甘油三酯就偏高，一次性摄入五只高蛋白、高脂肪的梭子蟹，成了诱发急性胰腺炎的导火索。”宁波大学附属第一医院消化内科蒋海忠副主任医师解释，尤其是蟹黄、脂肪和蛋白质含量极高。他表示，短时间大量摄入会让胰腺进

入超负荷工作状态，胰液分泌急剧增加，一旦排出不畅，就会反流“消化”胰腺自身，从而引发急性炎症。

住院期间，吴先生经历了禁食、补液等治疗。“急性胰腺炎发作时，饿肚子是治疗的关键。”蒋海忠说，停止进食能减少胰液分泌，让胰腺休息一下，血脂也会随之快速下降。所幸吴先生的情况不算严重，没有发展成重症，十多天后各项指标恢复正常。出院时他再三保证：“再馋也不多吃了，健康比啥都重要。”

2 “螃蟹虽好吃，可不能敞开吃”

“螃蟹虽好吃，可不能敞开吃。”蒋海忠提醒，从临床来看，几类人群吃蟹风险较高，尤其要注意。

高血脂症患者首当其冲。这类人本身血脂代谢就有问题，而螃蟹（尤其是蟹黄）的高脂肪会让血液中甘油三酯短时间飙升。“我们接诊过最夸张的患者，甘油三酯高达七八十，血液抽出来，试管上半层都是油。”蒋海忠说。

胆囊炎、胆结石患者也得对

蟹黄说不。“消化蟹黄和蟹肉时，胆囊得排出更多胆汁帮忙，这个过程很容易让结石移位，引发胆绞痛，甚至胆囊炎急性发作。”他解释，这类患者若实在想吃，偶尔尝一两口蟹肉可以，但蟹黄、蟹膏必须忌口。

胃肠道敏感的人同样要谨慎。慢性胃炎、胃溃疡患者的肠胃黏膜本就脆弱，蟹黄蟹膏的高蛋白、高脂肪会加重消化负担，可能引发胃痛、腹胀。

“临床上常有吃完螃蟹拉肚子的患者，本质还是肠胃不耐受高蛋白的刺激。”蒋海忠表示。

另外，部分特殊人群更得留心。孕妇消化功能较弱，过量吃蟹可能引起肠胃不适，甚至诱发宫缩；婴幼儿肠胃和免疫系统尚未发育完善，不仅容易消化不良，还可能过敏；老年人代谢慢，每次吃不能超过一只；痛风患者也要少吃，避免蟹肉中的嘌呤导致尿酸升高。

3 突发急性胰腺炎，别当普通胃病拖延

“很多人把急性胰腺炎当胃病，忍忍就过去了，这是很大的误区。”蒋海忠强调，急性胰腺炎是消化科的危急重症，重症急性胰腺炎死亡率达20%—30%，爆发性胰腺炎死亡率更是达到惊人的50%。

怎么区分是普通胃病还是胰腺炎？蒋海忠列出了几个关键信号：

首先是腹痛。胰腺炎的痛是“刀割样”“钻顶样”的剧烈持续痛，集中在上腹正中或偏左，有时还会放射到后背和腰部，患者往往弯腰抱膝才能稍微缓解，且不

会像胃痛那样时好时坏。

其次是呕吐后腹痛不缓解。普通肠胃炎呕吐后，腹痛通常会减轻，但胰腺炎患者越吐越痛，呕吐物多为胃内容物和胆汁，丝毫缓解不了痛苦。

若出现发热、心跳加快、皮肤湿冷、血压下降等休克表现，或是眼白发黄（黄疸）、肚子胀得像鼓，说明可能已进展为重症，必须立刻就医。“尤其是老人、孩子、孕妇，身体耐受力差，拖延可能错过最佳治疗时机。”蒋海忠说。

预防的关键其实很简单

——别贪嘴。“不光是螃蟹，任何高脂肪、高蛋白的食物，暴饮暴食都可能出问题。”蒋海忠说，临床中因一顿火锅、一串烧烤引发胰腺炎的案例并不少见，本质都是短时间摄入过多能量，打乱了身体代谢。

他提醒，健康人群每次吃蟹不超过1只—2只，建议去掉部分蟹黄，特殊人群一定要遵循医生建议。吃完若出现不适，千万别硬扛，及时到医院进行进一步排查。

记者 任诗好
通讯员 庞赞 钟静静