

天一冷 消化道出血病人明显增多

专家:看着凶险,但做好预防就能避开

每年秋冬季天气转冷后,医院消化内科就会迎来一波消化道出血患者的就诊高峰,今年也不例外。记者从宁波市中西医结合医院(鄞州区第二医院)消化内科了解到,近一个月,因“上消化道出血”来急诊的患者明显增多,比平时高出约三成。

专家提醒,秋冬季节是上消化道出血的“高发窗口期”,尤其是中老年人和有胃肠基础病的人群,千万别忽视身体发出的“无声警报”。



洪捷敏实施内镜检查中。

融合传统智慧与现代医学 小针刀“巧解” 顽固性疼痛

“医生,我这腰腿痛了三年,怎么都看不好,实在没办法了。”当53岁的王阿姨带着厚厚的病历,抱着最后一线希望走进鄞州区横溪镇中心卫生院骨科诊室时,她怎么也没想到,经过芦王凯医生几次精准的小针刀治疗,困扰她多年的麻木与疼痛明显缓解。

芦王凯医生是陆氏伤科第九代传人,他表示,小针刀——这一融合了传统智慧与现代医学的“微型利器”,正在为不少顽固性疼痛患者带来福音。

小针刀形似针灸针,却带有一个扁平小刀刃。“从中医看,核心病机是‘不通则痛’。”芦王凯解释,慢性劳损会导致局部气血不畅、筋膜挛缩,小针刀能精准松解病灶,改善气血流通。

从现代医学角度来看,小针刀兼具针的刺激调节与刀的切割松解功能,在精确解剖定位下直达病灶,松解筋膜、韧带,减轻神经血管压迫,是一种创伤较小的治疗方法。

当然,成功的治疗离不开个体化的精准方案。王阿姨的求医之路并不顺利。3年来,她尝试过多种治疗,包括小针刀,但效果有限。“触诊时发现她病灶深处仍有明显黏连。”芦王凯详细向王阿姨解释治疗方案,在征得她同意后进行了多次精准治疗。王阿姨的症状大幅改善,生活质量明显提高。

43岁的薛大姐因长期重复拇指动作,患上狭窄性腱鞘炎,形成“扳机指”。多次封闭治疗后仍复发。芦王凯为她实施小针刀松解术,15分钟左右完成,术后拇指活动显著改善,两天后便能正常工作。相比需要两周恢复的传统手术,小针刀为时间紧张的患者提供了更多选择。

作为陆氏伤科第九代传人,芦王凯将传统手法与现代解剖学结合,形成了独特的治疗风格,擅长运用小针刀与正骨手法治疗多种骨伤科疾病。

在他的门诊,从急性腰扭伤到四肢骨折,每天都有慕名而来的患者。“我希望让老百姓在家门口享受安全有效的医疗服务。”芦王凯说,让传统伤科技艺在基层焕发新活力,是他的责任与追求。

记者 程鑫 通讯员 郁陈娜 文/摄



芦王凯在给患者做治疗。

1 胃部隐痛一周 竟是胃体上溃疡在作怪

46岁的陈先生是单位的骨干,最近一周总被胃部隐痛缠上,吃点东西就胀,胃口差了不少。“肯定是加班熬夜闹的,吃片胃药就好。”他从家里药箱翻出常备胃药,工作照样连轴转。直到一阵剧烈恶心袭来,他吐出的胃内容物里混着咖啡色黏液,紧接着排出柏油样的黑便,起身时眼前一黑差点摔倒,家人吓得赶紧送他去宁波市中西医结合医院(鄞州区第二医院)。

胃镜镜头下,医生清晰看到陈先生的胃体上有一处正在渗血的溃疡。“再晚来一步,可能会出现失血性休克。”经过紧急止血、抑酸护胃

治疗,陈先生的出血终于止住。

62岁的王女士也栽在了“忽视”上。一周前,她发现自己的大便颜色发黑,偶尔头晕乏力,只当最近休息不好、饮食不规律闹的小毛病。直到发病当天,她坐在沙发上都没力气说话,脸色白得像纸,家人才发现不对劲,强行将她送医。检查结果显示,她的血红蛋白只有84g/L,而正常成年女性至少要110g/L,这已经是中度贫血。进一步胃镜检查揭开谜底:十二指肠球部溃疡正在活动出血,正是黑便和头晕的根源。

2 多重因素 引爆消化道出血

“近一个月,我们科的上消化道出血患者比平时增加了30%,其中60%以上是中老年人。该院消化内科洪捷敏主任解释,上消化道出血简单说就是食管、胃、十二指肠这些部位的血管破裂出血,起病急、进展快,严重时直接危及生命。而秋冬季节,恰恰是这种急症的高发期。

为什么秋冬季是上消化道出血的高发季节?他分析,低温是首要“诱因”。天气一冷,人体交感神经会兴奋,胃黏膜的血管会收缩,血流量减少,黏膜自身的防御和修复能力随之减弱。同时,天冷了大家就爱涮火锅、吃辛辣热

食,喝点小酒暖身,这些刺激性食物会直接“攻击”脆弱的胃黏膜,加重胃肠负担。

更易被忽视的是“用药风险”。秋冬也是心脑血管疾病的高发期,不少中老年人需要长期吃阿司匹林等抗血小板药物,还有人因为关节痛吃止痛药。“这些药虽然能治基础病,但会抑制胃黏膜的‘保护因子’——前列腺素,就像给胃黏膜‘扒了层防护衣’,很容易诱发或加重溃疡出血。”洪捷敏强调,很多患者只盯着心脑血管或关节问题,却忘了给胃肠“加防护”,没按医嘱搭配胃黏膜保护剂,这就给出血埋下了隐患。

3 专家支招 秋冬护胃要这样做

“上消化道出血看着凶险,但只要做好预防,完全能避开。”洪捷敏给出了针对性建议,帮大家守住胃肠健康防线。

首先是“药不能乱吃”。长期服用抗凝药、止痛药、退烧药的人群,一定要严格遵医嘱,不要自行加量、换药。如果需要长期服药,主动跟医生说明胃肠情况,必要时搭配胃黏膜保护剂,降低出血风险。

其次要“暖好腹部”。胃肠怕冷,秋冬季节尤其要注意腹部保暖,出门别穿露腰装,晚上睡觉盖好被子,避免冷空气直接刺激腹部引发

血管收缩。

饮食上要“温和养胃”。三餐定时定量,少吃过烫、过硬、辛辣刺激的食物,火锅、烧烤要浅尝辄止,酒尽量别碰。有胃肠病史的人,多吃粥、烂面条、蒸蛋等易消化的食物,给胃肠“减负”。

最关键的是“盯紧信号”。一旦出现黑便、呕血,或者不明原因的头晕、乏力、心慌、面色苍白等症状,一定要立即就医,别想着“忍忍就好”。“这些都是身体的‘求救信号’,早发现、早治疗,才能避免小问题拖成大危险。”洪捷敏说。

记者 庞锦燕 通讯员 戴珠华 谢美君 文/摄