

# 憋尿憋到膀胱要炸还不去厕所 年轻女孩走进儿少门诊找答案

专家:建议这类患者要积极接受干预

最近,宁波大学附属康宁医院程芳主任医师的儿少心理门诊来了位特殊的患者——这位20多岁的女孩坐下就说:“程医生,我是专门从外地过来找你的,就想来找个答案,我到底是不是ADHD(注意缺陷多动障碍)?”



程芳与患者交流。资料图片

1

## 做事重度拖延 憋尿憋到尿路感染

这位王小姐(化姓)从小做事就拖拖拉拉,上课容易走神。工作之后,她依然有“重度拖延症”,感觉自己总在赶DDL(最后期限),总把自己弄得很慌张、很焦虑。“其实我也不想这样,但是好像很难改变。”

王小姐还告诉程芳,自己连上厕所都要赶DDL,经常把自己憋到膀胱要炸的程度,“因为这个习惯,还尿路感染了好几次。”

2025年末,社交媒体上掀起了一阵“人

均ADHD”的风潮,王小姐对照之后觉得“每条都中”,于是萌生了求医确诊的念头。她在网上翻了很多帖子、笔记,慕名找到了程芳。

经过极为细致的问诊、评估,王小姐最终被确诊为ADHD。结合她的症状及本人意愿,程芳为她开具了药物。服用一段时间后,王小姐反馈自己没那么容易走神了,“拖延症”也有所改善。

2

## 成人ADHD和儿童表现形式不同 也更难被发现

程芳介绍,注意缺陷多动障碍是一种神经发育障碍,有研究显示,成人注意缺陷多动障碍的患病率约为3%,也就是说在一般成年人群中,每100人中大约有3人可能受此神经发育障碍影响,比例不低,但真正向专业医疗机构求助的并不多。很多人可能存在这一问题但不自知,也有人因为怕被“另眼相看”而羞于启齿。

相比儿童期,成人ADHD的核心症状虽然也包括注意力缺陷、多动和冲动,但表现形式存在差异。在成人中,注意力缺陷通常体现

为工作任务拖延、多任务处理困难或频繁忘记约定的事情;多动症状多转为内在的坐立不安感,而非外在行为;冲动症状则可能表现为冲动消费或言语冒失等。

程芳补充说:“成人ADHD患者一般不容易被发现,这也和人的代偿功能有关。比如有些患者注意力不集中、工作拖延,但他还是能够完成自己分内的工作,因为他用了更多的时间和精力代偿;比如有些患者不能忍受按部就班没有挑战的生活,频繁换工作,但最终的结果都还不错,这可能是他用自己的聪明才智代偿……”

3

## 诊断有其严格标准 若有明确功能损害应积极干预

程芳强调,尽管成人ADHD发生率不低,但社交媒体上自行“认领”ADHD的那些网友未必真的是患者,其诊断需遵循严格标准。

首先,成人ADHD不是成年后才得病,而是童年问题的延续和演变,一般认为症状在12岁之前就已经出现。其次,症状必须在至少两种或以上的场合中造成困扰,比如王小姐不仅工作拖延,上厕所这件事她也一拖再拖。而最关键的一点是,症状必须对生活造成了显著的、持续的负面影响,有确确实实的功能性损害。

程芳透露,门诊中,像王小姐这样特地来寻求答案的成人ADHD患者不是个例,“对于这样的成年患者,我很理解”。程芳表示,

ADHD给他们造成的影响已逐渐消散,求一个确诊只是为了更好地给自己找到前进方向,明确自己的短板,或是努力补足,或是不再强求自己。

但同时,她也表示,ADHD的治疗标准是“明确的功能损害”,如果在升学、就业、家庭关系等方面确实受到了明显且持续的负面影响,建议患者还是要积极接受干预。“我常对患者说,大脑神经就好像是一台电脑的内存,用药就好比给电脑扩内存。临幊上,成人ADHD患者用药效果还是比较好的。当然,我们也不能对药物存在过高的期望,要知道,即便扩了内存,超负荷的工作还是会令电脑死机的。”

记者 曹歆 通讯员 徐芷菲

## 产后孕吐迟迟不消 检查结果令人心惊 孕妈要警惕这些“危险信号”

孕吐迟迟不消?34岁的晓涵起初以为只是妊娠反应,硬是扛到产后,结果一查竟是晚期胃癌。更令人心疼的是,她的大宝刚上小学,二宝才一岁。医生痛心地提醒,孕期恶心呕吐若持续到中晚期,还伴有腹痛、体重骤降等症状,切勿掉以轻心!

34岁的晓涵(化名)在怀上二宝时,全家都沉浸在喜悦之中。但这一胎格外“折腾”——孕早期剧烈呕吐,后期虽不再吐,却始终感觉胃部不适。她想着,生完就会恢复,一直没去医院做进一步检查。

可孩子出生后,晓涵的“孕反”非但没消失,反而愈演愈烈:持续恶心、胃痛,体重骤降……她这才意识到情况不太对,立刻去医院做了一系列检查。

检查结果令人心惊:肿瘤标志物高出正常值上千倍;腹腔积液、大网膜多发结节……综合胃镜检查和病理报告,医生判断是胃癌晚期,且很可能已经发生转移。

此时,晓涵的大宝刚上小学,二宝才刚满一岁。面对突如其来的打击,她辗转来到宁波市医疗中心李惠利医院,找到肿瘤放化疗科二病区陆意主任。经过多学科专家会诊,专家团队为其制定治疗方案,目前晓涵正在接受进一步治疗。

据统计,妊娠期恶性肿瘤的发生率大约为1%,即每1000名孕妇中约有1例会诊断出癌症,其中黑色素瘤、乳腺癌、宫颈癌是最为常见的类型。与其他类型的癌症相比,妊娠期胃癌虽然不多见,但在妊娠期诊断出胃癌的患者往往已处于疾病中晚期。

陆意解释,这种情况与胃癌发生在妊娠这一特殊生理阶段密切相关。怀孕期间,女性常出现食欲不振、恶心、呕吐等典型妊娠反应,这些症状极易掩盖胃癌的早期表现,导致疾病难以被及时识别。

因此,不少患者在确诊时已进展至晚期,不仅手术切除率显著降低,且病理类型多为侵袭性强、分化程度低的腺癌或印戒细胞癌,整体预后较差。

“如果晓涵在最初出现症状时就及时就诊,情况很可能会好很多。”陆意主任表示。她提到,自己曾接诊过另一位孕妇,同样因孕期出现胃肠道不适而被确诊为胃癌,但因发现较早、干预及时,治疗效果和预后明显更佳。

陆意强调,如果女性在孕中晚期仍持续出现恶心、呕吐,并伴随嗳气、腹痛、上腹部肿块、突发性胃出血或明显体重下降等症状,务必高度警惕,及时排查是否存在消化道疾病,尤其是胃部肿瘤的可能。

她特别提醒,胃肠镜检查是目前诊断食管、胃及肠道早期肿瘤和癌前病变的“金标准”,如果有不适,应及时就医,接受相关检查。“千万别等到出现‘报警信号’才就医,那时往往已错过最佳干预时机,为时已晚。”记者 陆麒雯 通讯员 张林霞



陆意医生查房中(右一)。