父母崩溃：以为儿子只是胖了点

脂肪肝已取代乙肝成第一大肝病，且呈年轻化趋势

“医生，我什么时候才能回学校上课？”近日，宁波市第二医院肝胆胰外科一病区主任舒明在病房查房时，刚接受完肝癌根治术的19岁小陈（化姓）冷不丁问了这么一句话。

没有乙肝病史，没有长期饮酒，拖垮小陈肝脏的元凶，竟是长期肥胖引发的重度脂肪肝。主刀医生舒明从医30多年，第一次碰到如此年轻的脂肪肝患者确诊肝癌。



舒明在手术中。资料图片

1 术中肝脏状态触目惊心

小陈身高1.74米、体重92公斤，BMI（身体质量指数）达30.38，在同龄人里“存在感”很强。今年上大学脱离父母管束后，他更加放飞自我：三餐依赖外卖，可乐当水喝，经常熬到凌晨才休息。

可不久前，一张提示“肝脏8厘米占位”的体检报告单，打破了他本来平静的大学生活。

“舒医生，我家孩子没有肝炎病史，平时也没有任何不舒服。这次查出肝脏占位，会不会是弄错了？”近日，小陈的父亲忧心忡忡地陪着儿子走进舒明的诊室。

舒明抬头一看，眼前的这位年轻小伙皮肤油光发亮，皮脂分泌旺盛，脸上有许多痘坑，脖颈粗厚。结合年龄、肿瘤指标等线索，舒明最初判断，病灶大概率是良性的局灶性结节增生。他向小陈和小陈父亲分享了此前接诊的一个年轻病例，14岁的初二学生同样查出8厘米肝脏占位，最终病理证实为良性。

“既然平时不痛不痒，没有不舒服，可以不手术，先观察吗？”小陈的父亲顾虑重重，心疼孩子年纪轻，担心手术创伤大，希望先保守观察。

舒明耐心解释，直径8厘米的病灶体积不小，哪怕是良性，持续生长也会挤压正常肝组织，一旦恶变，风险更是难以预估。可以说，这枚藏在肝脏里的肿块，是一颗随时可能引爆的“隐形炸弹”。

最终，小陈一家决定接受手术。打开腹腔的瞬间，眼前的一幕让人震撼：小陈的肝脏质地软如豆腐，稍一碰就会破损出血。

2 罪魁祸首是长期肥胖

术后病理结果，给所有人浇了一盆冷水：中分化肝细胞肝癌，中期。

拿到病理报告那一刻，小陈父母如遭雷击，觉得天崩地裂。“19岁的孩子怎么可能得肝癌？肿瘤长这么大了，为什么都没有任何症状？他平时几乎滴酒不沾，只是胖了一点。”

舒明说，肝脏是人体内任劳任怨的器官，仅有表面存在神经分布，所以出问题时常常没有什么明显症状，如果肿瘤没有长到一定大小，患者不见得会感觉到它的存在，等到肿瘤数量增多或是恶化长大压迫，引起腹痛或影响肝功能出现黄疸等症状时，往往已是晚期。

舒明提到，大家熟知的肝癌发展路径，多是“肝炎—肝硬化—肝癌”的肝癌三部曲。可小陈的病情呈现“跳跃式发展”：重度脂肪肝引发慢性炎症，直接导致肝癌。数据显示，有20%至50%的脂肪肝相关肝癌就发生在没有肝硬化的患者身上。

按照治疗方案，小陈术后还要接受介入化疗等辅助治疗。他心里一直惦记着返校读书，可漫长的治疗摆在眼前，只能办理一年休学。目前小陈已经出院在家休养，等待后续治疗。

出院前，医生一次次叮嘱小陈，戒掉熬夜、常吃高油高盐外卖等不良生活习惯。面对劝导，小陈频频点头。

3 脂肪肝“盯”上年轻人群

“据统计，我国脂肪性肝病的流行率在30%～40%，这种曾经的‘富贵病’已经取代病毒性肝炎，成为我国第一大肝病。”宁波市第二医院副院长、浙江省代谢相关脂肪性肝病创新团队带头人李红山表示。

脂肪肝还呈现年轻化趋势，18岁至35岁人群的检出率从2015年的12.3%升至31.8%。李红山表示，他在门诊中碰到过不少初高中脂肪肝患者，最年轻的患儿年仅6岁，就在小学入学体检中查出转氨酶异常，确诊重度脂肪肝。

发病率在快速上升，但临床上不少人对脂肪肝存在认知误区，以为它只是长胖附带的“小毛病”，不痛不痒就不用放在心上，却不知它会悄悄持续损伤肝细胞。

李红山说：“脂肪肝人群患肝癌的风险较正常人增加6～7倍，心血管疾病风险也增加2～3倍。小陈这样的脂肪肝相关肝癌更是为我们拉响警报，要正视脂肪肝的危害。”

长期喝高糖饮料、顿顿重油外卖、久坐不动、经常熬夜，都是助推脂肪肝快速进展的危险因素。李红山建议，肥胖人群、代谢异常的年轻人不能心存侥幸，要定期做肝脏B超筛查；查出脂肪肝后，应尽快到医院进一步检查肝功能，及时进行生活方式或药物干预，调整饮食与作息，阻断肝脏持续病变，不要等到病情无法逆转才追悔莫及。

记者 庞锦燕 通讯员 郑轲

痛到怀疑人生 竟是左肩长了“小石头”
不是所有肩痛都是肩周炎

74岁的孙婆婆左肩不适已有半年。日常时不时就会疼一阵，她听邻居说这是肩周炎，多锻炼就好了，便没有重视。可几天前深夜，她的左肩突发剧痛，像刀割一样，肩膀沉重得像灌了铅，第二天早上穿衣、梳头、抬手拿东西都很困难，一动就嗷嗷叫。难以忍受的疼痛让她不得不来到海曙区人民医院就诊。

左肩长了“小石头”

接诊的颈肩腰腿疼痛超声专家门诊胡寅峰主任仔细询问症状后，高度怀疑是钙化性肌腱炎，随即为孙婆婆进行肩关节超声检查。果然，在超声探头下，孙婆婆的肩袖里一个明晃晃的“小石头”清晰显现，她被确诊为钙化性肌腱炎。

得知这个结果，孙婆婆吓懵了，担心她这个年纪手术吃不消。胡寅峰耐心安慰她：“别怕，我用小针头给你扎一针，就能解决问题了。”随后，胡寅峰为孙婆婆进行了超声引导下肩袖钙化性肌腱炎钙化穿刺捣碎及灌洗治疗。仅数分钟后，孙婆婆明显感觉肩不怎么痛了，手也可以抬起来了。

元凶是肌腱里的钙盐堆积

胡寅峰介绍，患者肩膀的那个“小石头”，医学上称为钙化性肌腱炎，就是柔韧有弹性的肩袖肌腱里沉积了钙盐结晶，可以想象成肌腱里长了微型结石。这些钙化物在肌腱中不断堆积，导致肌腱压力上升，引发刺激，从而产生剧烈疼痛，堪称“肩痛之王”。该病多见于30岁到60岁人群，尤其是女性，发病诱因包括肌腱退变、长期劳损、局部创伤、内分泌激素波动以及代谢失调等。

钙化性肌腱炎的临床表现差异很大，根据病程进展主要分为三个阶段：

无症状期大多数患者没有明显感觉；

慢性隐痛期肩部会持续酸胀、钝痛，抬手负重或夜间侧卧压迫时加重，肩关节外展、上举时有明显的牵扯不适，因病程长而时轻时重，非常容易被误认为是肩周炎或劳损；

急性剧痛发作期则最典型，往往在没有明显外伤的情况下突发剧痛，夜间常常痛醒，甚至连穿衣、梳头都困难，轻微抬臂或转动肩膀都会撕裂样疼痛。

千万别盲目拉举甩肩

胡寅峰介绍，钙化性肌腱炎的治疗包括非手术治疗和手术治疗。非手术治疗可采用超声引导下精准定位，使空心针尖准确到达钙盐沉积物处，对钙盐沉积物进行连续多次针刺捣碎并冲洗抽吸，具有穿刺精准、创伤小、全程动态监测等优势，在门诊局麻下即可进行，治疗时长仅数分钟。

胡寅峰提醒，肩膀痛千万别硬扛，也别盲目当成肩周炎去暴力拉举、甩肩绕圈，这可能导致沉积物破裂引发炎症，痛上加痛。此外除了最常见的肩部，肘部、膝部、髋部等关节也可能“中招”。如果出现肩、膝、髋等关节突发剧痛、夜间痛醒或活动受限，请及时前往正规医院的骨科、超声医学科就诊。早发现、早诊断、精准治疗，才能早日恢复轻松。

记者 程鑫 通讯员 章莎莎