

吃了两块红烧肉 他被送进急诊室

高甘油三酯血症胰腺炎来势汹汹 如今有多学科团队专门“管”这类患者

“杜医生，晚上我没忍住，就吃了两块红烧肉，熟悉的腹痛又来了。我马上来医院报到！”近日，宁波市第二医院组建的“高甘油三酯血症胰腺炎病友群”里，一条深夜求助消息让医护人员立刻紧绷起神经。发消息的是老周（化名），他是一名高甘油三酯血症胰腺炎患者，这是他今年第二次发病。



医院监护室。

1 8年前曾在ICU闯过生死关

在普通人来说，吃肉是再普通不过的口腹之欲，但对老周而言，高脂饮食是身体的“致命炸弹”。老周今年44岁，经商多年，朋友多应酬多。8年前，他就因突发急性高甘油三酯血症胰腺炎危重发作，多脏器受累、生命垂危，紧急送入宁波市第二医院ICU抢救。当时他的血液呈浓稠的乳糜状，依靠血浆置换技术持续净化血液、清除大量油脂，才从生死线上被成功挽回。

经历过一次生死劫，老周彻底戒掉所有高油脂的食物，多年来饮食极度清淡、高度自律，始终坚信“管住嘴就能保平安”。可让他无奈的是，不管自己再小心再自律，老毛病还是动不动就找上门，“身边没几个人比我吃得健康，为什么这病总是找上我？”

从今年年初到现在，他已经发作了两次。今年6月，他刚从宁波市第二医院康复出院，8月初，仅仅一次嘴馋吃下两块红烧肉，

熟悉的腹痛腹胀症状再次突袭。这次发病，老周比之前“笃定”了许多。今年6月出院后，他就纳入了该院标准化慢病管理体系，加入专属病友群，群内常驻急诊科、消化内科、内分泌科、营养科等多学科医护人员。察觉身体不适后，老周第一时间在群内求助，依托专属快速就诊绿色通道，及时完成检查和早期干预，成功遏制病情恶化，避免了再次发展为重症。

2 一次发作即可能会留下不可逆损伤

胰腺炎通常分为胆源性、自身免疫性、酒精性以及高甘油三酯血症等。近年来随着大众饮食结构的改变，像老周这样的高甘油三酯血症胰腺炎患者越来越多，而这类胰腺炎也最为凶险。

该院急诊科副主任杜力文介绍，这类胰腺炎之所以重症多、进展极快，主要原因在于血脂“爆表”后会在体内引爆全身炎症风暴。出现严重高甘油三酯血症时，大量甘油三酯在胰腺组织内经胰脂肪酶分解生成游离脂肪酸。游离脂肪酸一方面对胰腺腺泡细胞膜产生直接毒性，加重胰腺缺血坏死；另一方面诱导炎症

因子大量释放，触发全身炎症反应综合征，导致肺、肾、肝等重要脏器微循环障碍和微血栓形成，极易进展为多器官功能衰竭。这也是急性胰腺炎中救治难度较大的危重类型。

很多市民存在认知误区，认为高甘油三酯血症胰腺炎是暴饮暴食引发的，但其实在门诊中有不少患者，稍微多吃两口油腻食物，就会导致高甘油三酯血症胰腺炎急性发作甚至复发。“明明吃得比普通人还清淡，为什么胰腺炎还会复发？”该院内分泌代谢病中心副主任张劫在门诊中经常被患者问到这类问题。她表示，这

类胰腺炎患者的脂肪代谢存在缺陷，只是原因各有不同。

像老周这样经历过重症胰腺炎，胰腺留下不可逆的功能损伤：胰腺外分泌功能受损，分解脂肪的消化酶大幅减少，脂代谢能力断崖式衰退。还有一部分患者，则是先天基因使然，看着身材匀称，也没有暴饮暴食，但甘油三酯居高不下，属于“隐匿性脂代谢缺陷”。30岁出头的小李就属于这样的情况，小李身材匀称，平常饮食管控也很牢，偶然一次“肠胃炎”才发现血脂爆表，这就是典型的缺乏代谢脂肪的基因导致的“瘦型”高脂血症胰腺炎。

3 从“被动救命”到“主动防病”

“这些患者很容易陷入‘发病抢救—出院失联—再次复发’的恶性循环，越复发、胰腺损伤越重、病情越顽固。”杜力文表示，虽然损伤的胰腺功能无法挽回，但帮患者规避下一次重症发生却是多学科团队努力的方向。

为此，去年底，宁波市第二医

院整合急诊科、重症医学科、消化内科、内分泌科、营养科等多学科优势资源，组建高甘油三酯血症胰腺炎MDT多学科诊疗团队。“想要真正降低复发率、守护患者健康，出院后的长期精细化管理才是关键。”张劫表示。MDT团队打通了急性期抢救、并发症处置、长期血脂调控、个

性化饮食指导全流程，搭建起一站式、全周期的闭环诊疗体系。团队还同步搭建了专属高甘油三酯血症胰腺炎病友群，作为院内诊疗的延伸阵地，实现院外管理无缝衔接，解决患者院外突发不适、随访不便、求助无门的刚需。 记者 庞锦燕 通讯员 郑轲 文/摄

“课本”“作业”居然可以吃？

这类网红零食 别让孩子随便碰

沈女士（化姓）的儿子今年上三年级，前几天她在儿子书包里发现了一种新零食。巴掌大的“迷你课本”“小试卷”，儿子竟吃了起来，一边还笑嘻嘻地喊着“吃掉作业就不用写啦”。沈女士仔细一看包装，写着是“糯米纸糖果”。她意识到，这是小时候吃糖时常见的糖衣。不过，她之前见到的都是透明糖衣，这些五颜六色的糖衣健康吗？带着疑惑，她咨询了明州医院儿内科施苏林主任医师。

“这种小零食最近在小学生圈里非常流行，很多家长可能觉得就是张带点甜味的薄糯米纸。其实这类‘可食用作业’外观做得越逼真，越要留心它的原料。”施苏林说。

仔细看零食包装就能发现，不少产品的信息标注得模模糊糊：有的归为“糯米纸糖果”，有的又写成“淀粉制品”，甚至很多散卖的连完整包装都没有，根本看不到配料表和生产厂家。

“按照食品安全国家标准，淀粉类制品里是不允许添加柠檬黄、亮蓝、诱惑红这类人工着色剂的。”施苏林强调，但为了让印出来的“课本”“试卷”图案鲜亮讨孩子喜欢，不少商家就打这种分类擦边球，超范围使用色素和香精。如果是“三无产品”，印制图案用的很可能根本不是食品级油墨，存在重金属超标的风险。

记者在采访中了解到，每年开学季都是儿童消化道疾病的高发期，门诊里经常有孩子描述“肚子痛、拉肚子”，其中不少都和这类来路不明的校园周边零食有关系。

施苏林解释，孩子的胃肠黏膜比成人娇嫩得多，也更敏感。这类添加剂多、原料品控没保障的零食吃进去，很容易刺激胃肠黏膜，轻则腹胀、腹部隐隐不适，肠胃敏感的孩子可能直接出现腹泻。如果长期频繁食用，还会加重肝肾的代谢负担。

“还有一个特别容易被忽略的细节，就是卫生问题。”他说，这类零食兼具玩具和食品的属性，孩子拿到手不会直接吃，会翻来覆去玩半天，玩够了才往嘴里塞。手上沾的细菌、灰尘全跟着进了消化道，急性肠胃炎往往就是这么来的。

除此之外，把作业、课本塑造成“可以吃掉的负担”，其实容易给孩子传递学习是“负面事物”的暗示，并不利于培养健康的学习观念。

记者 陆麒麟 通讯员 姚璐璐 文/摄



可以吃的“作业本”。