

为什么胆囊“长满石头”？

——肥胖、缺少运动、饮食不规律，都是致病的危险因素



■记者王艳

孙女士多年来没有吃早餐的习惯，每当吃了油腻的食物后就会感到右上腹隐痛不舒服，但忍也就过去了，她总是以为是自己胃不好，一直没有放在心上。前几天，单位聚餐以后，她晚上回到家右上腹部突然阵阵疼痛，且越来越强烈。去医院做B超检查后，医生发现她胆囊充满结石，已经失去了应有的功能，建议尽早手术治疗。

胆囊结石病因多

浙江大学医学院附属第二医院外科副主任医师董鑫介绍，胆囊结石是胆囊内形成的凝结物，是临床最常见的消化系统疾病之一。

胆囊结石的具体形成原因至今尚未完全清楚，目前考虑与胆固醇过高、胆囊功能异常、细菌或寄生虫感染、饮食和遗传等多种因素密切相关。

常见的危险因素有肥胖、高能量饮食、高脂血症；缺乏运动；饮食不规律，不吃早餐、餐后零食；女性多次妊娠等。某

些疾病如肝硬化、糖尿病、肾炎、胃切除术后等，也会引起胆囊结石的发生。

董鑫推断，孙女士的胆结石和她多年不吃早餐有一定的关系。

症状不突出易误诊，不及时治疗危害大

患上胆囊结石有何不适吗？董鑫说，胆囊结石的症状取决于结石的大小和部位，以及有无阻塞和炎症等。有的患者仅有轻微上腹饱胀、隐痛、嗳气等，易被当作“肝炎”“胃炎”而延误就诊；还有不少患者基本无症状，即所谓隐性结石。

较大的胆囊结石，特别是代谢性胆囊结石，患者腹部会感到撕裂或烧热的疼痛，尤其是右上腹部会突然疼痛，夜晚会有多次甚至连续性疼痛，且越来越强烈。

腹痛常在进食高脂、高蛋白饮食后发生，这是因为油腻的饮食会引起胆囊收缩，结石刺激胆囊壁后引起疼痛。

如果胆囊内结石是可游动的，疼痛持续数小时后多可缓

解。如果结石嵌顿于胆囊颈部不能活动，胆汁不能通过胆囊颈和胆囊管排出，可导致胆囊内压力增高，从而引起持续性右上腹痛，往往会有恶心、呕吐。

如果梗阻不能及时解除，胆囊内压力持续增大，可引起胆囊穿孔，出现弥漫性腹膜炎。如果胆囊内结石掉入胆总管中，可造成肝内胆汁排泄受阻，出现皮肤巩膜黄染，引起急性化脓性胆管炎、胆源性胰腺炎等。这些疾病都可能造成非常严重的后果，如果处理不及时可引起感染性休克，甚至死亡。

另外，胆囊结石也和胆囊癌的发生有密切关系，临床上65%~90%的胆囊癌患者有胆囊结石，大约1%~3%的胆囊结石患者可发展为胆囊癌。因此，胆囊结石要早防范、早发现、早治疗。

腹腔镜下胆囊切除恢复快

相当部分的胆囊结石是在体检中被偶然发现。发现胆囊结石需要切除胆囊吗？董鑫介绍，目前国际上并没有确切的循证医学数据支持或反对预防性胆囊切除。国内目前对无症状胆囊结石比较一致的处理意见是：对于大

部分无症状胆囊结石病人，无需行预防性胆囊切除。

但是，当患者存在以下胆囊癌高危因素时则建议积极手术切除，比如结石直径达到3厘米及以上；胆囊壁增厚达4毫米及以上；伴有息肉1厘米或更大的息肉；胆囊壁钙化；合并糖尿病；胆囊结石病史10年以上；胆囊萎缩等。

另外，对一些高风险患者如老年病人、合并多种内科疾病的胆囊结石病人，即使无症状，无胆囊癌高危因素，也应尽早行预防性胆囊切除。而对于有症状的胆囊结石，胆囊切除还是首选的治疗方法。

董鑫说，腹腔镜下胆囊切除(LC)属于微创手术，是目前最常用的手术方式，只需在腹壁上打3~4个小洞即可将胆囊切除，术后恢复快，疼痛轻，1~2天即可出院。无论是外观，还是术后恢复，腹腔镜下胆囊切除术都较传统的手术有明显优势。但是，如果出现胆总管结石、化脓性胆管炎、胰腺炎等并发症时处理起来就比较复杂，需根据病情选择个体化治疗方案。



王来法对话健康

转氨酶升高怎么办

由肝功能受损引起的。如病毒性肝炎引起的转氨酶增高，肝硬化引起的转氨酶增高，酒精肝引起的转氨酶增高。

其实，用我们中医药的办法降低转氨酶非常有优势，但很多人不知道。中医的治疗方法就是“健脾化湿，理气降浊”，这可以调整肝细胞的酸碱环境，提高自身的免疫能力、调节代谢功能，纠正代谢紊乱。而且中药无毒副作用，在保肝降酶方面有很大优势。

那么，转氨酶升高有什么危害呢？最大的危害无疑是肝脏的危害，转氨酶高会影响肝脏代谢和解毒功能，使得药物代谢和身体毒素得不到及时地排出，会进一步加重肝脏的负担。其次，转氨酶高会引起急性病毒性肝炎、慢性肝炎等各种疾病的产生。因此，当转氨酶高时，一定要找出病因，然后再对症进行治疗。

转氨酶高的患者在饮食上可以多食用菌类食品，如木耳、香菇、蘑菇等，来提高免疫力。也应该多吃一些高蛋白食物，促进肝细胞的修复与再生。另外，在生活中还应注意忌辛辣、烟酒和激素、抗生素，而且生活规律也很重要，“三分治七分养”，充足的睡眠，合理营养、规律生活、适量运动很重要。

病理性转氨酶升高一般是

健康警示

乱服土三七进补 张女士肝脏被毁需移植

■记者王艳 通讯员王婷

很多人习惯自行采用药补的方法强身健体，殊不知药补不当，补药可能变毒药。

前段时间，张女士出现腹胀、食欲差，总觉得累，到医院检查发现肝损害很严重。医生纳闷：到底是什么原因短时间内引起这么严重的肝损害？张女士说她曾经听说三七能强身健体，前不久自己也吃了一些自己种的“三七”。

经鉴定，张女士所服用的不是药典收录的三七，而是与三七有相似疗效的植物——菊三七，也叫土三七。土三七含有吡咯烷生物碱成分，能造成人的肝脏损伤。检查证实了医生的判断。张女士得的不是肝硬化，而是一种叫肝窦阻塞综合症的少见疾病。因为肝脏受损严重，张女士只好等待肝移植。

浙江医院药剂科副主任、中药房主任万晓青主任药师称，人们常常把“土三七”混淆为“三七”，其实它们是完全不一样的药物。药典收录的三七属于珍贵中药，对生长环境要求较高。

而土三七是菊科千里光属植物，对生长环境要求较低，自己栽种非常方便。

两者在功效上有相似之处，均有散瘀、消肿止痛的功效，但来源完全不同，更重要的是毒性不同。另外，叫三七的药材很多，常见的还有水田七、景天三七、藤三七等，品种质量非专业人士根本无法辨别，无疑给健康带来了隐患。

据统计，近年来，每年都有

近千例药物业肝损伤患者，其中因错误或不合理食用中草药引起的就占到了50%！万晓青提醒，不仅是选择三七或三七粉，凡是购买中药材，一定要到正规医院或药店，自行采挖的中药材一定要请专业人士鉴定把关，不能盲目乱用。



睡眠不足危害大 闹铃叫醒有讲究

■记者王艳

元宵节过后，大部分上班族和学生族的工作学习步入了正轨，可每天早上起床成了最痛苦的问题，闹钟铃声大作两三遍还是睡眼惺忪，工作和学习效率大幅下降。

对此，浙江医院神经内科副主任刘小利副主任医师表示，睡眠不足可影响大脑的思维，半睡半醒潜在危险性更高。

据调查显示，不到两成的人坦言能睡到自然醒，八成多需要被闹钟叫醒。其中，记者、医生、警察等从事处理突发事件的人员更为明显，还有一部分则是学生族。从深度睡眠被突然叫醒，人的短期记忆力、认知能力会受到显著影响，这些能力最多为正常状态的65%。开展日常工作时，思考能力、警觉力与判断力均会削弱，容易出错。调查结果显示，在昏昏欲睡的状态下开车，司机出现交通事故的几率提高43%。

另外，睡眠时人处于全身松弛状态，若是毫无准备突然被惊醒，相当于午夜惊梦，不论是血压还是心率、肾上腺素水平都会



忽视小鱼刺卡喉 郑大伯动脉被扎险丢命

■记者王艳 通讯员宋黎胜

吃饭不小心被鱼刺卡住了怎么办？日前，杭州70多岁的郑大伯被两个月前误吞的鱼刺伤及主动脉，短短几十分钟内他狂吐2000多毫升血，幸亏医生及时手术才保住性命。

原来，前几天家住杭州余杭区的郑大伯因“胸痛”，到当地医院挂急诊，医生检查后觉得情况“不好”建议转大医院。郑大伯在女儿陪同下赶到浙江省人民医院急诊科。

没想到，刚到医院郑大伯感觉难受，很快就不断口吐鲜血，短时间内呕血约2000毫升。后来失血性休克，生命垂危。

医生立即急诊床边胃镜检查，发现其食道壁有一个3毫米破裂口，胃里还有约1000毫升血。

吞饭、咽菜，但鱼刺没有直接落入胃部，而是被挤在食管第二狭窄处，并刺破食管，且不幸又进一步刺破主动脉。两个月来，逐步形成主动脉假性动脉瘤，遇到弯腰或是大笑，就导致假动脉瘤破裂，引发大出血。

专家表示，吞饭、喝醋、吃韭菜、抠喉催吐等对付鱼刺卡喉的民间土方，并不可靠。喝醋并不能软化鱼刺，喝下的醋顺流直下，在伤处仅短暂停留，效果有限，还刺激肠胃；吞饭、咽韭菜的方法更加危险，压力之下，将鱼刺由喉部“推”入食道，其间不但会造成划伤，还会使鱼刺越刺越深，若不幸刺破血管，非常危险。

专家提醒读者，尤其是老人和儿童，吃鱼时一定要细嚼慢咽，万一遇到鱼刺卡喉，最明智的做法是，立即上医院。

杭州漱虹科技有限公司注销清算公告
本公司出资人已决定解散本公司，请债权人自接到本公司书面通知书之日起三十日内，未接到通知书的自本公告之日起四十五日内，向公司清算组申报债权登记，逾期不申报的视其为没有提出要求。

杭州富阳浩良液化气有限公司注销清算公告
本公司股东(出资人)已决定解散本公司，请债权人自接到本公司书面通知书之日起三十日内，未接到通知书的自本公告之日起四十五日内，向公司清算组申报债权登记，逾期不申报的视其为没有提出要求。

杭州富阳百前塑料制品有限公司注销清算公告
本公司股东会已决定解散本公司，请债权人自接到本公司书面通知书之日起三十日内，未接到通知书的自本公告之日起四十五日内，向公司清算组申报债权登记，逾期不申报的视其为没有提出要求。

中国体育彩票排列3第17036期开奖公告

开奖日期：2017年2月12日
本期销售金额：171,248元
本期开奖号码：02 05 10 14 18
本期缩水奖金：6,704元
本期单注奖金：5元

本期中奖情况

等级	中奖号码	单注奖金
一等奖	1,342注	1,040元
二等奖	91注	36元
三等奖	864注	173元
四等奖	2212注	1,651,929元

本期单注奖金：5元
本期缩水奖金：6,704元
本期单注奖金：1,040元
本期单注奖金：36元
本期单注奖金：173元
本期单注奖金：1,651,929元

本期单注奖金：5元
本期缩水奖金：6,704元
本期单