

# 反酸烧心咳嗽总不好，近半患者就诊经常“走错门”——“胃食管反流”症状极具迷惑性

■记者王艳

近两年来，40多岁的应先生经常出现咽部刺激、不舒服，老是干咳却咳不出什么东西来，有时半夜里也会出现这种干咳。他还常有打嗝、反酸，饱餐后这些症状更明显。呼吸科、五官科、心内科都看过，药也吃了，效果却不好。日前，他来到浙江大学医学院附属邵逸夫医院就诊，该院普外科胃食管反流病综合门诊黄迪宇副主任医师根据他的这些症状，诊断他患上了“胃食管反流病”。

## 胃食管反流是一种常见病

黄迪宇介绍，胃食管反流性疾

病(GERD)是由于胃内容物反流而引起不适症状和(或)并发症的一种疾病。它是一种常见病，随着生活节奏的加快、工作生活压力的增加，发病率不断提高。在我国东部地区，发病率高达10%左右，并且随年龄增加而增加，40—60岁为高峰发病年龄。

胃食管反流病可以有许多原因引起，如食管下端括约肌功能出现障碍；胃排空延缓；食管本身蠕动功能下降，不能迅速清除反流物；胃的一部分异常地突入胸腔，形成食管裂孔疝，天然的抗反流屏障遭受破坏等。

根据应先生的症状，黄迪宇给他开了胃镜检查，结果发现，他就

是一个食管裂孔疝患者，因为胃经常要蠕动，所以胃内的压力要高于食管。应先生的胃好似一个没有盖子的高压瓶，瓶里的东西(食物、胃酸、消化酶等)就很容易向上流，消化、腐蚀、刺激食管壁黏膜，造成食管黏膜的损伤，形成胃食管反流病。

## 反酸和烧心是最常见症状，患者挂号经常“走错门”

胃食管反流病的临床表现多样，轻重不一。黄迪宇介绍，大约60%的患者主要影响的是食管，最常见和典型的症状为反酸和烧心。常感觉胸前区和心窝处有一股灼热感，出现频繁的打嗝、嗳气，

有时还能感觉到酸水上来。

还有40%左右的患者症状不典型，胃酸反流至食管后又继续向上，跑到肺部，会引起反流性哮喘；到喉咙口会引起咽部异物感，声音嘶哑及反复咳嗽。有的患者伴有声音嘶哑、咽部异物感、口臭等症状，容易被当作哮喘、慢性咽炎、慢性气管炎来治疗，往往效果不佳。还有些患者因为胸痛、胸闷的症状，在心内科被当做冠心病来治疗却效果不佳。长期的疾病困扰还会导致患者出现不同程度的心理障碍，如焦虑、抑郁、失眠等，严重影响患者的生活质量，而且会加重疾病原有的症状。

黄迪宇说，由于这个疾病的

症状表现复杂多样，挂号“走错门”的事情时有发生。胃食管反流病综合门诊经常接到不少呼吸科、心内科、消化科等科室转过来的患者。

胃食管反流病患者常合并有不同程度的慢性胃炎。黄迪宇提醒，如果已经被诊断为慢性胃炎，同时伴有烧心、反酸的症状，就一定要警惕胃食管反流病。患者如出现不明原因的咽部不适、顽固性慢性咳嗽、成年后出现哮喘(非过敏体质)、胸痛和胸骨后不适，在其他科室久治不愈，也要警惕胃食管反流病。

## 擅“隐藏”，别被胃镜报“欺骗”

很多患者出现烧心、反流症状之余，还会常常觉得唾液分泌增多，口中泛苦，有些人患病多年都无法查出胃食管反流病。患者可能有明显的疾病症状，但是通过胃镜检查却一切正常，这被称为内镜下无表现的胃食管反流病。

黄迪宇提醒，如果患者胃镜报告显示正常也不可认为万事大吉，就诊时仍需要将自己的症状详细地对医生描述，从而帮助自己被正确就诊。



王来法与职工对话健康

## 哪些人群易患职业病

问：王所长好！我们公司有几个人患了职业病，我想了解一下，哪些工作岗位人群易患职业病？

答：最常见的职业病有尘肺、职业中毒、职业性皮肤病等，相对应的一些岗位职工如防护措施不到位，就比较容易患职业病。

## 一、粉尘类

尘肺是长期吸入粉尘的以肺组织纤维性病变为主的疾病，是长期在粉尘比较多的场所容易患的职业病，也是我国最主要的职业病。可以说工业生产过程中粉尘是随时随地都存在的，受尘肺危害的人群主要为煤炭、冶金、有色等矿山和建材、铸造、石粉加工、玻璃制造等工厂的粉尘作业工人。

其他异常气象条件作业，如冬天在寒冷地区或极地从事野外作业、冷库或地窖工作的低温作业；潜水作业和潜航作业；高空、高原低气压环境中进行运输、勘探、筑路、采矿等作业。

## 二、放射性物质类(电离辐射)

人体在受到放射源的危害，放射源发射出来的射线具有一定能量，它可以破坏细胞组织，从而对人体造成伤害。

容易受到放射源的危害，放射源发射出来的射线具有一定能量，它可以破坏细胞组织，从而对人体造成伤害。

由炭疽杆菌引起的人、畜共患的急性传染病炭疽。从业人员因接触患有炭疽病的牛、马、羊、骆驼等食草动物，或因接触受炭疽病感染的病畜皮毛、产品而罹患。

由蜱传播的森林病毒引起的急性传染病森林脑炎，又称之为蜱传脑炎。传播途径是通过蜱对患病动物叮咬吸血后再叮咬其他动物和人时造成疾病的传播。凡是进入该林区疫区的作业人员都易受感染，病毒主要侵犯中枢神经系统。

因感染布氏杆菌而引发的传染病布氏杆菌病。布氏杆菌病主要发生于畜牧区，传染源是染上布氏杆菌的以羊、牛为主的病畜。牧民、饲养员、兽医等职业人员易受到感染。

## 六、职业性皮肤病

职业性刺激性皮炎常见高风险的人群有金属作业工人、机械修理工、漆匠及树脂、塑料、建筑业、餐饮业、农业、玻璃工业、园艺业、药剂及化学工业、橡胶工业、纺织印染及木材加工等行业。

## 七、职业性眼病

易导致职业性眼病的行业和工种：

1. 无机酸、碱、无机盐生产、制造业、有机化工原料、化学农药制造业、医药工业、石油加工业，金属表面处理及热处理等行业容易导致化学性眼部灼伤；

2. 炸药及火工产品制造业，黑色金属矿采选业等生产、使用硝铵炸药可导致三硝甲苯白内障；

3. 机械加工业，金属制品业，金属表面处理可导致眼部冲击伤，电弧焊接作业可导致电光性眼炎；

4. 玻璃及玻璃制品业，炼钢业，钢压延加工业，重有色金属冶炼业，机械工业，电气机械及器材制造业等行业可导致热辐射的工序可导致红外线视网膜灼伤；

5. 医疗卫生、核工业、工业企业探伤等，使用放射性物质或设备产生的电离辐射，可导致放射性白内障。

## 特别提醒

## 春季胃肠容易“感冒”

## 年轻人、女性易中招

■朱旭东

据冷热变化频繁的春季，最是胃病高发季节。

初春早晚温差大，气候变化快，人们在外出时难以顾及气温的影响，如果衣服减得过快，肠胃会因此受凉而出现功能紊乱。而细菌、病毒在春季也开始活跃起来，体质偏弱者外出活动时，容易交叉感染致病因子。另外，此时各色野菜以及草莓等新鲜瓜果成了餐桌上的常客，但野菜性寒、瓜果生冷，过度食用刺激胃肠，不适当的症状会马上表现出来。

俗话说“胃病三分靠治七分靠养”，养胃护胃还是要注意，防止腹部受寒是关键。”徐艺表示，从外环境而言，要防寒保暖，衣物不能减得太快，过敏人群尽量减少外出；对内而言，脾胃喜温不喜寒，建议少吃野菜、河蚌等性寒的食物以及生冷的水果，可以吃一些偏温的食物，如韭菜、芹菜等。

## 健康常识

## 糖尿病人要“穿对”鞋

■记者王艳

可能挑鞋垫软一点的，这样可以分散足底受力。

试：穿鞋一方面要宽松，另一方面又要跟脚。所以，糖尿病患者买鞋前一定要多试，推荐购买系带式或有撕拉扣等可以调节肥瘦的鞋，以及有减压作用的运动鞋，让鞋尽量适应脚。过紧、边缘粗糙和接缝不平的鞋不适合，也不要买聚乙烯材质或塑料材质的鞋子，因为它们不透气、不合脚。女性糖尿病患者切记不要买穿尖头、高跟鞋。

另外，最好选择晚上去买鞋，因为这时的脚最大。换了新鞋要逐渐适应，建议前几天只穿一小段时间，然后仔细检查双脚看是否磨脚的现象。

因为每双鞋对脚的受力点不一样，胡宏骞建议，糖尿病患者要多备几双鞋，经常交替穿。每天穿鞋前先检查，防止鞋内异物，袜子内部粗糙线头等，造成足部损伤。平时穿浅色的袜子，如果有出血，可以第一时间发现。

## 健康资讯

## 我国抑郁症呈“三高三低”特征

■新华社

据世界卫生组织的最新估计，全球有逾3亿人罹患抑郁症，从2005年至2015年，增加了18%以上。而在我国，抑郁症发病率高达7%左右，三分之二的患者为女性，其中有10%~15%的患者最终可能选择自杀，抑郁症患者的自杀率比一般人群要高出20倍，抑郁症导致的自杀行为是15岁至29岁人群死亡的第二大原因。

“但公众对精神疾病的知晓率不足五成，就诊率更低。90%左右的抑郁症患者没有意识到自己可能患有抑郁症并及时就医，抑郁障碍患者从未就医者高达62.9%。”浙江大学医学院附属第二医院精神科医师禹华良说。

禹华良说，目前我国抑郁症现状呈现“三高三低”特征：即高发病率、高复发率、高自杀率；低知晓率、低就诊率、低治疗率。正在治疗的抑郁症患者中有30%多的人是在综合医院不同科室治疗，真正到精神科专科治疗的还不足10%，不选精神专科进行治疗的一个重要原因就是怕被别人当成精神病。

由于历史文化对疾病本末认识的原因，公众对抑郁症往往持排斥态度。患者害怕周围的人知道病情后歧视自己，有些患者吃药偷偷摸摸甚至擅自中断治疗。

“实际上，抑郁症像高血压等身体疾病一样普遍，这类疾病的病因很大一部分来自于大脑神经递质的功能失调，外界(主要是心理压力)的影响往往是诱发因素。”浙江省最大的精神病专科医院、杭州市第七人民医院精神科主任汤剑平说。

## 女性补充叶酸防新生儿缺陷

■林小春

美国一个为政府提供建议的专家小组10日建议，计划怀孕甚至所有育龄阶段的女性每日都应摄取400微克至800微克叶酸补充剂，以预防新生儿出生缺陷。

美国预防服务工作组当天发布最终版建议说，令人信服的证据显示，在备孕和怀孕期间补充叶酸可降低胎儿出现神经管缺陷风险，且按剂量服用叶酸不会带来严重健康危害。多项研究显示，补充叶酸至少要从受孕前1个月开始，并持续至妊娠的前2至3个月。

数据显示，美国50%的怀孕属于计划外怀孕，预防服务工作组因此提示，临床医生应建议所有处于育龄阶段的女性补充叶酸。

神经管缺陷，又称神经管畸形，是一种严重的畸形疾病。神经管是胎儿的中枢神经系统，如无法正常发育，可导致无脑儿、脑膨出、脑脊膜膨出、脊柱裂、唇裂、腭裂等发育畸形。

叶酸是一种维生素，广泛存在于果蔬及肉类食品中，但人体真正从食物中获得的叶酸较为有限。

美国预防服务工作组说，2003年至2006年调查数据显示，美国15岁至44岁未怀孕女性中，

75%未达到建议的400微克至800微克每日叶酸摄取量。

世界卫生组织9日更新的建议指出，女性怀孕前后的营养状态对胚胎发育至关重要，为防新生儿出生缺陷，建议所有女性在备孕期间以及妊娠的前12周每天服用400微克叶酸补充剂。



■华义

日本京都大学一项最新研究发现，赌博成瘾者风险偏好更强，其特定脑部活动也异于常人，这说明赌博成瘾不仅是性格问题。

赌博成瘾学术上称为赌博依赖症。京都大学5日发布了这一研究成果。报告称通常认为患者过于冒险的性格导致其赌博成瘾，但是对于赌博依赖症的形成机制尚不清楚，也没有好的治疗方法。

结果显示，正常人能够在两种模式中比较变通地适当切换，而赌博依赖症患者则倾向于冒一

些不必要的风险。从fMRI检测结果来看，赌博依赖症患者脑部前额叶的一部分较不活跃，其周边的大脑神经网络机能也异于常人。

研究人员认为这说明赌博依赖症不仅是个人的性格问题，深层原因可能在脑部功能异常，这一研究有助于加深对赌博依赖症的病理病态理解，有助于找到新的治疗方法。这一研究成果已发表在英国《转化精神病学》杂志上。

该校一个研究小组以21名赌博依赖症患者和29名正常人为对象，让他们反复进行20次得分游戏，可以选择高风险(得分可能性低)高回报(得分多)模式或低风险(得分可能性高)低回报(得分少)模式，研究人员同时利用功能性磁共振成像技术(fMRI)检测他们的脑部活动。

研究人员认为这说明赌博依赖症不仅是个人的性格问题，深层原因可能在脑部功能异常，这一研究有助于加深对赌博依赖症的病理病态理解，有助于找到新的治疗方法。这一研究成果已发表在英国《转化精神病学》杂志上。

从fMRI检测结果来看，赌博依赖症患者脑部前额叶的一部分较不活跃，其周边的大脑神经网络机能也异于常人。

研究人员认为这说明赌博依赖症不仅是个人的性格问题，深层原因可能在脑部功能异常，这一研究有助于加深对赌博依赖症的病理病态理解，有助于找到新的治疗方法。这一研究成果已发表在英国《转化精神病学》杂志上。

结果显示，正常人能够在两种模式中比较变通地适当切换，而赌博依赖症患者则倾向于冒一

些不必要的风险。从fMRI检测结果来看，赌博依赖症患者脑部前额叶的一部分较不活跃，其周边的大脑神经网络机能也异于常人。

研究人员认为这说明赌博依赖症不仅是个人的性格问题，深层原因可能在脑部功能异常，这一研究有助于加深对赌博依赖症的病理病态理解，有助于找到新的治疗方法。这一研究成果已发表在英国《转化精神病学》杂志上。

结果显示，正常人能够在两种模式中比较变通地适当切换，而赌博依赖症患者则倾向于冒一

些不必要的风险。从fMRI检测结果来看，赌博依赖症患者脑