

女子吐到生不如死 竟是因为这里“瘫”了

专家内镜30分钟解决她的“胃轻瘫”难题

■老晨

频繁恶心、呕吐、嗳气,让33岁的甜姐痛不欲生,诊断结果竟因“胃瘫”了!之后她甚至要用鼻子“吃饭”,是什么原因弄“瘫”了她的胃?

原来让年纪轻轻的甜姐一直不舒服的原因,是“胃轻瘫”。浙大一院消化内镜团队在与患者充分沟通后,采用国际上治疗“胃轻瘫”的微创新方法——经口内镜下幽门括约肌切开术(G-POEM),成功解决了困扰甜姐的吃饭难题。

年纪轻轻胃“瘫”了
她只能靠鼻子“吃饭”

33岁的甜姐是台州椒江人,身高1.6米的她,体重原本约140斤。今年5月,她因发烧伴有关节痛、腹部剧痛陷入昏迷,而被紧急送往当地医院,之后被诊断为“糖尿病酮症酸中毒”。

原来,早在3年前,年轻的甜

姐就在单位体检时发现了II型糖尿病,自觉“身强力壮”的她丝毫没把这病放在心上,并没有进行规范治疗。医生开出的口服降糖药,她想起来就吃、忘记就作罢,服用时断时续,还时不时约上三五好友大吃大喝,也从不进行血糖检测,一直血糖控制欠佳。

最近这一年,甜姐经常感觉自己腹胀,且进食后明显加重。本以为忍一忍就过去了,但这难缠的腹胀,还带来了“同伙”——

剧烈腹痛,甚至让她在今年5月一度晕了过去。经过当地医院救治,甜姐平安出院,但“止不住”的呕吐却像梦魔一般缠上了她。“一开始吐的是食物残渣,后来是黄水,简直活不下去!”甜姐说,一般每月1日、2日左右开始恶心呕吐,一吐就吐十几天,她有时一天最多呕吐20多次,无论吃什么,都会全部吐掉,甚至不得不随身携带垃圾袋。

恶心呕吐、吞咽困难和胃部反

酸嗳气,折磨得她生不如死。医生诊断甜姐患的是糖尿病周围神经病变所致“胃轻瘫”,给予抑酸护胃、止吐、补充维生素、控制血糖以及营养支持等治疗后,效果却杯水车薪。到今年8月时,无法正常进食的甜姐,只能通过“鼻—空肠营养管”鼻饲流食,才能得到部分营养供给。

G- POEM木显身手
H- 扩充通道解烦忧

由于无法正常进食,甜姐短短几个月就瘦了快20斤,严重影响了日常生活。今年9月初,她慕名来到浙江大学一院,找消化内镜中心季峰主任医师就诊。在全面了解甜姐的病史、症状,并经过一系列详细检查后,季峰主任医师排除甜姐胃部肿瘤等器质性疾病,最终确诊她为“胃轻瘫”,决定采用经口内镜下幽门括约肌切开术(G-POEM)来治疗甜姐的顽固性“胃轻瘫”。

“胃轻瘫”是在无机械梗阻的情况下出现胃排空延迟的综合征,通俗地讲,由于高血糖会让神经系统发生麻痹,使得由胃通向小肠的幽门产生痉挛,幽门始终处于收缩的状态,食物到达不了小肠,反而因食物滞留过多产生上腹部胀痛及恶心呕吐。长期如此,胃部蠕动变差,胃动力不足,食物又下不去,就反复产生了胃潴留,从而反复出现厌食、恶心、呕吐、腹胀、吞咽困难等消化道症状。

随后,医生为甜姐进行了全麻手术,在季峰主任医师的精湛操作下,手术仅30分钟便顺利完成。

第二天,她就可以进食了。三天后,康复出院。

千万别被“胃轻瘫”中的“轻”字迷惑

据悉,G-POEM是近几年兴起的一项顶尖的内镜治疗技术,手术时间短、患者耐受性好,是治疗顽固性“胃轻瘫”的有效手段。但G-POEM内镜下操作难度大,对操作者的技术要求

高,在国内仍未能广泛开展。

“千万别被‘胃轻瘫’中的‘轻’字迷惑了。”季峰主任医师介绍,“胃轻瘫”临幊上并不少见,多数缓慢起病,早期症状无特征性,胃镜检查仅表现为一般的胃炎、无明显幽门梗阻和胃潴留,容易漏诊和误诊为功能性消化不良等病;直至发生明显呕吐、胃扩张潴留时,才会被确诊为“胃轻瘫”。食物在胃中淤积过久不仅可能形成胃结石,还会出现梗阻,严重影响生活品质。

“胃轻瘫”最常见原因是糖尿病,此外,结缔组织疾病、胃部手术或迷走神经切断术、感染或代谢异常、中枢神经系统疾病等原因均可引起“胃轻瘫”。而“糖尿病性胃轻瘫”正是由于长期高血糖导致支配胃运动的植物神经受损所致,多发生于病史较长、血糖控制欠佳的糖尿病患者。据统计,大约20%~40%的糖尿病患者伴有不同程度的“胃轻瘫”。

浙江出台意见支持中医药 传承创新发展

■顾忠清

保部门申报新增中医医疗服务价格项目。

提升中医医疗机构区域辐射力

优先将国医大师、全国名中医、省国医名师、省级名中医等名医团队入驻的医疗机构纳入全国异地就医联网结算定点医疗机构范围。

同时,完善中医医疗服务价格项目和价格形成机制。

推进数字化改革

支持中医医疗机构纳入医保定点。中医医疗机构正式运营3个月后即可提出定点申请,定点评估完成时限不得超过20个工作日。加快推进医保定点申报网上办、掌上办,提高定点申报的便利性。

推进中医药健康养老服务发展。强化中医药服务特色优势,将符合条件的养老机构内设的中医医疗机构纳入医保定点,促进中医药服务质量资源均衡发展。

促进“互联网+中医药”发展。培育“互联网+中医药”服务新业态,积极构建在线中医复诊、在线支付、线下调配煎药、配送的中医服务生态圈。将中医在线复诊费和药品费用按规定纳入医保基金支付范围。

充分发挥国医大师、全国名中医、省国医名师、省级名中医的个人临床经验心得,以上名中医个人临床经验方法可以直接通过其所在医疗机构定期向医

吃药可以 治好白内障吗?

■淑燕

据统计,白内障是我国老年人第一大致盲眼病,甚至还有一种说法,人只要活得够久,谁都逃不过白内障,那么得了白内障要怎么治疗呢?

白内障是老年人都要面临的东西,最常见的原因是老年性白内障,也就是衰老原因造成的,目前医学还没有办法阻止人类衰老,衰老到一定程度,都会碰到晶体相应的衰老。由于晶体的主要成分是蛋白质,随着年龄增长,蛋白质容易老化,而变得失去弹性、混浊,眼睛看事物变得模糊了,这就是老年性白内障。

出现这些症状需警惕:视力减退、持续性视物模糊是白内障最常见的症状。患者对光度、色彩的敏感度亦会降低。近视度数加深,需要经常频繁更换眼镜,或表现为原有老花眼消失。单眼复发或多次视,夜间仰望星空,可以看到几个月亮。

白内障虽然大多见于老年人,但并非老年人的专利。年轻人患白内障,也不是什么稀奇事。眼睛长期暴露于强烈的紫外线,可以损害晶体,造成白内障。放射性因素,最常见的是红外线损伤,如玻璃厂和钢铁厂的工人,由于生产过程中产生红外线,白内障的患病率高。

此外,阳光中也有红外线,因

一根针解决结节

这个中心致力于帮患者“保甲”“保乳”!



■佳欢

日前,杭州未来科技城医院12楼手术室里完成了两台甲状腺肿物消融手术。

“能够保住甲状腺,当然是希望尽量保住。”36岁的多多(化名)体检发现甲状腺结节已经有5年多时间,通过多方打听以及上网查询,多多对甲状腺癌的治

疗作了全面了解。“开刀就是切除,然后服药。射频消融可以保留甲状腺,而且相对创伤小,没有明显刀疤,不一定需要终身服药。”最终,她选择了射频消融,由杭州未来科技城医院周功力院长主刀。

在超声影像引导下,医生利用尖端发热的细针,经皮肤插入甲状腺结节内,产生局部高温,瞬间消融病灶。仅10分钟左右,多的射频消融手术就完成了,脖子上没有明显创口。

“射频消融是一种技术,‘保甲’是一种全新理念。我们愿意为微甲添一把火,让他迸发更加耀眼的光芒,让更多患者能够了解全新的疾病解决方案,从而收获更多健康福祉。”杭州未来科技城医院院长徐翔说。

疗作了全面了解。“开刀就是切除,然后服药。射频消融可以保留甲状腺,而且相对创伤小,没有明显刀疤,不一定需要终身服药。”最终,她选择了射频消融,由杭州未来科技城医院周功力院长主刀。

在超声影像引导下,医生利用尖端发热的细针,经皮肤插入甲状腺结节内,产生局部高温,瞬间消融病灶。仅10分钟左右,多的射频消融手术就完成了,脖子上没有明显创口。

“射频消融是一种技术,‘保甲’是一种全新理念。我们愿意为微甲添一把火,让他迸发更加耀眼的光芒,让更多患者能够了解全新的疾病解决方案,从而收获更多健康福祉。”杭州未来科技城医院院长徐翔说。

膏方进补正当时

“一人一方”,膏方不再“高不可攀”

■记者程雪

“三九补一冬,来年无病痛”,中医认为冬季气候寒冷宜进补,把精华物质“藏”在体内,从而强身健体。膏方是冬令进补的佳品,具有滋补和治疗的作用。何为膏方?哪些人适合膏方进补?吃膏方有哪些禁忌?本期邀请浙江中医药大学附属第二医院(浙江省新华医院)中医药发展办公室主任,博士、硕士研究生导师,副主任中医师陈滨海为大家科普膏方知识。

膏方中所含的药物是普通中药的10倍

膏方是我国中医药宝库中一颗璀璨的明珠。

膏方是一种具有高级营养滋补和治疗预防综合作用的复方药。”陈滨海介绍说,膏方一般是按照普通中药方的10倍剂量开出的,药味也多达二三十味,再经过浓缩、加入“血肉有情之品”的胶类药材,所以它具有十分强劲的滋补作用,所以又称“膏滋”。

如此多的中药混在一起,那膏方的味道岂不是一言难尽?“当然不会,因为里面添加了糖类或蜂蜜,所以膏方并不会难以下咽,反

而有甜甜的味道。”陈滨海介绍了膏方的熬制过程:先将药方中所含有的中药用大锅煎熬出汤,然后将其浓缩,加入胶、冰糖、木糖醇、蜂蜜、黄酒等,再熬制、浓缩成膏,收膏之后便可服用。经过如此复杂工艺浓缩熬制后,膏方外观上看起来比较黏稠。

如今,膏方的价格已不像明清时期那般“高不可攀”,浙江中医药大学附属第二医院(浙江省新华医院)倡导“平价膏方”的理念,即使用普通的中草药,通过严谨的配伍,达到好的药效,让寻常百姓也能消费得起膏方。此外,为了方便求医者保存膏方,目前传统罐装和真空包装供大家选择。

不是“生病了”才需要吃膏方

膏方有预防疾病,强身健体之功效。陈滨海介绍说,膏方一般是按照普通中药方的10倍剂量开出的,药味也多达二三十味,再经过浓缩、加入“血肉有情之品”的胶类药材,所以它具有十分强劲的滋补作用,所以又称“膏滋”。

长期患慢性病、患恶性肿瘤的人群适宜吃膏方。这类人的特点是因基础疾病导致体虚,需要膏方进补,有助于疾病的治疗和身体的康复。

亚健康人群往往缺乏运动,常感觉体虚、疲劳,也可以在冬季进补膏方,提高身体免疫力,恢复精

气神。

女性的一生当中总会经历某些难熬的“特殊时期”,比如生理期出现痛经、孕期难受、产后体虚,出现更年期综合征等,也可用膏方补一补,填补肾精、滋阴养血,提高受孕率,减少流产的发生,有效地进行产后恢复等。

小儿出现反复感冒的情况或患小儿哮喘,也可以用膏方。不过,小孩子无需大补,可采用素膏,即药效缓和、没有动物胶的膏方即可。

爱美人士服用膏方可益气养血,使得肌肤水润、富有弹性、减少皱纹、提亮肤色、淡化色斑,还有乌发生发的功效。

膏方虽好,但不是每个人都适合。湿气重的人群不适合补滋腻的膏方。此外,感冒、拉肚子、发热、咳嗽、胃肠不适等急性症状存在的时候也不宜吃膏方,婴幼儿不宜吃膏方。

膏方讲究“一人一方”

好的膏方一般是在传统复方汤剂的基础上,根据人的不同体质、不同临床表现进行加减变化而确立的处方。膏方讲究“一人一方”,辨证论治。一料膏方二三十

味药,构成一剂针对个人的考虑体内气血阴阳变化的调理处方。开膏方的医师必须得有一定的中医经验,辨证准确,而不是“千人一方”或“稍作修改”。

李大姐是一名早期肺癌患者,完成一场大手术后,觉得自己身体大不如前,特别容易疲劳,心理压力也大,食欲不振,术后瘦了10多斤。针对李大姐的情况,陈滨海开出了以八珍汤为底方的膏方,增强其体质,助力疾病治疗。

而对于四肢冰凉、常常痛经、睡眠浅、经常掉头发的白领刘小姐,陈滨海则开出以归脾汤为底方的膏方,通过药物调节,帮助她恢复健康体魄。

膏方往往需要吃一个半月,通常建议早晚饭前空腹服用,但对于胃肠功能不好的人群,可以饭后服用,具体需要听从医嘱。对于湿气重但也不想进补膏方的人群,建议先吃2周的开路方,之后再吃膏方。

需要注意的是,膏方不宜与常服药同时服用,可间隔1-2小时;服药期间忌食生冷、油腻、辛辣等不易消化及有特殊刺激性的食物;服滋补性膏方时,不宜吃生萝卜、过量饮茶等。此外,由于膏方用药时间较长,放在冰箱冷藏为佳。

焦躁到血糖值飙升? 快学几招稳住情绪

■秦利

人有七情六欲,所以人生才丰富多彩。七情即喜、怒、忧、思、悲、恐、惊,也就是咱们的情绪。糖友更容易存在焦虑、悲伤、生气、害怕等情绪,而任何一种情绪的波动对血糖都有不利的影响。

采用深呼吸的方法:当情绪波动时,深深地吸一口气,慢慢地呼气,这个过程能使紧张的肌肉很快得以放松。我们可以找一个合适的位置站好或坐好,身体自然放松;慢慢地吸气,吸气的过程中感到腹部慢慢地鼓起,最大的限度时慢慢开始呼气,此动作可以重复数次,直到放松为止。

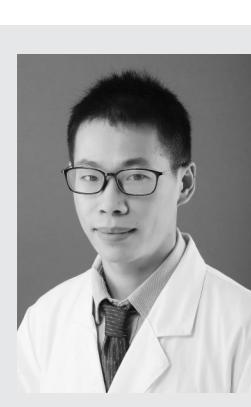
要学会让步:每个人都可能有优点和缺点,要学会自我批评,不要把责任全推到别人身上。对于琐碎小事,没有必要花大量的时间去纠结,退一步海阔天空。

让自己放松:多沟通,如需求助时,多与家人、朋友沟通,必要时遵医嘱用药。

能缓解不良情绪,让情感得以抒发,抒发出来更有益,强忍不哭反而有害于身体健康,泪水可以带走身体内的有害物质,也能缓解悲伤和紧张。遇到烦恼,也可以找个知心朋友倾诉,把想说的说出来,这样可以使心情平静下来。也可以找个代替物来行泄发泄,比如摔娃娃、橡皮泥等。

香氛能抑制大脑边缘系统的神经细胞,能舒缓神经紧张和心理压力,也可以养花养草,这也是一个好的缓解情绪的方法。

心理健康也是糖尿病管理中的一部分,尽早发现和缓解不良情绪,及早摆脱不良心理、恢复自信,不但有助于提高糖友的生活质量,也有助于糖尿病的控制,降低糖尿病并发症的风险。



陈滨海 浙江中医药大学附属第二医院中医药发展办公室主任,副主任中医师,博士、硕士研究生导师,浙江省青年临床名中医、浙江省“新苗”中医人才培养对象,中华中医药学会膏方分会委员等。擅长运用经方、膏方、丸散、针灸、外治等手段治疗各类恶性肿瘤(肺癌、肠癌、乳腺癌、胃癌、肝癌、卵巢癌、鼻咽癌等)、癌前病变(肠化、结节等)、外感内伤杂病等。