

鹤煤总医院外科疾病系列报道

鹤煤总医院普外科

借助腹腔镜，微创也能治好疝气

□晨报记者 王玉姣

近年来，微创外科治疗逐渐成为医学治疗的主要手段。和传统开放治疗相比，微创外科治疗有着创伤小、视野清、恢复快等优势，让不少追求有效、可靠、安全性高的患者吃了“定心丸”。近日，鹤煤总医院普外科成功为一位患者实施了腹腔镜腹股沟疝修补术，受到了患者的好评。



普外科主任张保峰。



医生在做手术。鹤煤总医院供图

患者咳嗽三天引发疝气

“这么简单就治好了我的疝气，肚子上几乎没有留下疤痕，三天就能出院，真是太好了！”近日，在鹤煤总医院普外科接受了腹腔镜腹股沟疝修补术的姬先生高兴地说。

前段时间，姬先生感冒了，剧烈咳嗽3天后他发现右侧腹股沟区有一个核桃大小的包块，平躺后包块能消失。姬先生来到鹤煤总医院普外科就诊，经该科主任张保峰诊断，姬先生患的是右侧腹股沟斜疝。

张保峰介绍，老百姓常说的疝气叫腹股沟斜（直）疝，是由腹腔内的小肠或其他脏器、组织从其正常解剖位置移位到皮下甚至阴囊内形成的，多发于老人和小孩。

“形象地说，疝气就是腹壁上有个‘空隙’，当腹压增高时，患者的小肠等器官或组织从‘空隙’中凸出来，在体表形成包块。咳嗽、便秘、排尿困难等都可能引起腹压升高，从而引发疝气。”张保峰说，在各类疝气中，小肠型腹股沟疝几乎占了95%，此外还有切口疝、脐疝、盆底疝、膈疝等。

据介绍，成人疝气大多与肥胖、抽烟、排尿困难、慢性咳嗽、重体力劳动有关，其主要症状是在腹股沟区可以看到或摸到包块。疝气一般情况下在站立、行走、劳动时出现，平卧休息时可自行还纳腹腔而消失。

通过三个“钥匙孔”治好患者的疝气

姬先生在鹤煤总医院普外科确诊病情后，医生很快为他制订了手术方案。“起初，医生说只需要开几个小孔就能治好我的疝气，我还有些不相信，手术后我看到身上只有几个小孔才相信现在的技术真先进！”姬先生说，鹤煤总医院普外科医生为他做的手术不开刀，只开了三个钥匙孔大小的孔就治好了他的疝气，这让他很佩服医生精湛的医术。

张保峰介绍，治疗疝气的传统方法是开刀手术，鹤煤总

医院普外科自2017年开展腹腔镜下小儿腹股沟疝囊高位结扎术及成人腹股沟疝无张力修补术治疗疝气以来，已成功为多名患者解除了病痛。“腹腔镜腹股沟疝修补术是一种在腹腔镜下实施的微创手术，腹腔镜手术可将腹股沟疝发生的区域充分暴露，在可视的状态下将补片放置在腹股沟疝发生的区域。这个手术非常适用于双侧疝气和复发性疝气，手术创伤小、安全性高、复发率很低。”张保峰介绍。

孩子有疝气要及早治疗

疝气的易发人群除了老人之外，还有小儿。前不久，鹤煤总医院普外科来了一位只有1岁半大、患有左侧腹股沟斜疝的小患者——小豪。随后，鹤煤总医院普外科成功为他进行了腹腔镜下小儿腹股沟疝囊高位结扎术。

据介绍，该科室已经运用腹腔镜成功为许多和小豪一样的孩子进行了微创治疗。“有些家长害怕手术会对孩子造成伤害，但是现在医疗技术发达，手术安全性比较高，任病情发展只会给孩子造成不可逆转的伤害。”张保峰介绍，虽然少部分患儿在半岁之前经过保守处理有自愈的可能，但绝大多数患儿的病情会继续发展。

“为杜绝嵌顿疝（疝气中最为严重的一种病况）等危及生命的急症发生，有效的办法是尽早手术治疗，1岁以上即可采用微创手术彻底治愈疝气。”张保峰提醒。

“孩子有疝气建议在上幼儿园之前进行治疗，因为上幼儿园后活动量增加，会增加疝嵌顿的风险，同时疝气本身也会影响孩子的活动能力，甚至被同龄人嘲笑，对孩子的心理造成伤害。”张保峰提醒。

在日常生活中，老人与小孩儿应该如何预防疝气呢？张保峰表示，要保持大小便通畅，避免受凉感冒，小孩儿要避免过度哭闹，避免腹压升高等。



关注“鹤煤总医院”微信公众号，了解更多“医护到家”服务

孩子脸上的白斑是“虫斑”吗

经常有爸爸妈妈无意间发现孩子的面部肤色不均匀，出现一块一块的白斑，有的白斑上还带点皮屑，可能几个月都下不去。这时，有的家长便开始紧张起来，担心孩子患了白癜风。

“大部分孩子的这种面部白斑是白色糠疹，又名单纯糠疹，俗称‘虫斑’‘桃花癣’。”北京市朝阳区中医医院副主任医师王红蕊介绍，白色糠疹多发于儿童，也见于青壮年，皮肤较黑者多见。典型皮损为边缘模糊的圆形或卵圆形淡红色斑，直径为0.5厘米至2厘米或更大。数周后淡红斑逐渐转变为淡白斑，其上覆盖少许糠状鳞屑。皮损数目不定，主要分布在面部，偶尔亦见于其他部位。无自觉症状，或有瘙痒、烧灼感。病程长短不一，夏季加重，均可自然消退。

白色糠疹确切病因尚未明确，致病的原因可能有环境因素，如温度、湿度引起皮肤干燥。另外，有学者研究发现，该类患儿存在锌、钙、维生素等营养元素缺乏，而日晒亦是可能的诱发因素。也有学者认为，本病作为特应性皮炎的一个次要特征，但尚存争议。

本病俗称“虫斑”，被认为与肠寄生虫感染有关，但是临床给予患者驱虫治疗后症状并未得到改善，而且并未发现患者的粪便虫卵检出率与发病的关联意义。

有的专家认为，白色糠疹或与缺乏铁、锌等微量元素有关。为什么在丰衣足食的今天，孩子们每天吃

得很丰富，很多孩子还补铁补锌，怎么还会缺呢？其实最主要的原因还是孩子脾胃虚弱，运化不了这些补进来的铁和锌。

中医认为这些“斑”出现的主要原因是脾胃虚弱，虽然存在缺乏微量元素的可能，但微量元素也是来源于日常饮食。如果脾胃虚了，运化的能力不足，吃进来的食物不能被有效地转化成营养，进而被吸收利用。因此，针对这些白斑，我们首先要做好孩子饮食的调整。饮食以五谷杂粮为主，当季当地蔬菜为辅，忌肉类荤腥、煎炸食物、甜食、奶制品等，中医认为这些食物容易助湿生热，酿痰化浊，损害脾胃。同时，还要做好起居养护，脾主四肢与肌肉，久坐伤脾，适当运动才会醒脾健运。

因此，小孩儿应该多去户外活动，这对脾胃养护很有益处。小孩儿要早睡早起，养成良好的作息习惯，多做户外运动，多亲近自然、沐浴阳光。

白色糠疹是一种慢性、良性的炎症性皮肤病，治疗上还应加强润肤，局部外用保湿剂；注意防晒，戴遮阳帽、抹防晒霜；注意纠正偏食、挑食的习惯。

营养元素的补充，可在检测血微量元素后遵照医嘱对相应缺乏的营养元素按需补充。本病的病程可长至数月甚至数年，无需过度治疗。

另外，本病确需与面部其他白斑相关性疾病加以鉴别，如白癜风、花斑癣等，必要时要找专业医生咨询处理。

（据《人民日报》海外版）

食粽有讲究，贪多吃出病

万水千山“粽”是情，少了粽子真不行。每年端午节，肉馅儿、水果馅儿、枣馅儿、栗子馅儿等各种各样的粽子纷纷上市，堪称吃货的节日。但吃粽子也有很多讲究，太贪嘴或食用不当会影响健康，到底该如何健康吃粽子呢？

吃粽子要适量 粽子属于主食，三餐都可以吃，早餐更合适。因为清香温热的粽子吃起来让人一上午感觉都很幸福。吃了粽子要相应减少米饭、馒头、面条等主食，一般来说吃一个大粽子减一小碗米饭。吃粽子，女性一天最好不要超过三个，男性最好不要超过五个，睡前两小时最好别吃粽子。

最好趁热吃 粽子一般要热吃，因为热糯米本身更好消化，而且加了油脂、肉、蛋黄的粽子不宜冷吃。有些质量差的糯米在放冷后会变硬，五谷杂粮粽子放冷后的回生现象更加明显。

可搭配果蔬 吃粽子的同时，搭配蔬菜、水果能帮助肠胃蠕动，且可避免因吃粽子引起的胃肠道消化不良。但是不要搭配西瓜等寒性瓜果类，以免造成腹泻或腹痛。

注重高纤维 粽子使用的糯米黏度高不易消化，容易引起胃酸过多、腹胀或肚子闷痛等消化不良症状。若主料能以部分杂粮米、红豆、薏仁、山药、芋头或红薯取代，不仅可增加纤维的含量，减少肠胃负担，更有益健康。

少油低热量 肉粽早已成为粽子中的主角，但它脂肪含量高，一个普通肉粽热量约为400卡路里至500卡路里。如果能改用瘦肉甚至以鸡肉、海鲜等取代，除了少油、低热量外，还别有一番风味。另外，消化不良的人宜选清爽的小枣粽子或白米粽食用。

（据《中国妇女报》）