



爱在鹤城 惠泽于民

鹤壁爱民医院

HE BI AI MIN HOSPITAL

以微创手术为特色的医院

特聘郑大四附院呼吸内科主任**闫春玲**每周二来院坐诊

特聘郑大四附院消化内科主任**王洪涛**每周五来院坐诊

凭此报纸做无痛胃肠检查只需 50 元

健康热线 0392-3326120

鹤壁日报社医疗健康事业部
主任:王淑云 13939258016
记者:范丽丽 18739239232
李雪婷 15939299767
服务热线:3322234
邮箱:ylijkzb@163.com



扫二维码关注
掌尚健康

胃食管反流病：危害严重但可防可治

——郑大四附院胃食管反流病专家王洪涛教授访谈实录

□淇河晨报记者 范丽丽

究竟什么是胃食管反流病？怎样避免误诊、误治的发生？如何预防和治疗胃食管反流病？上周五，郑州大学第四附属医院消化内科主任、胃食管反流病诊疗中心主任王洪涛教授来到爱民医院会诊、查房，记者就胃食管反流病有关问题对他进行了专访。

胃食管反流病避免误诊很关键

记者:很多人知道患了胃食管反流病就会出现烧心、泛酸等症状,但对什么是胃食管反流病并不清楚,您能介绍一下吗?

王洪涛:胃食管反流病是指胃内容物反流进了食管。事实上,十二指肠内容物也会反流进入食管,引起烧心、胸闷、胸痛等症状。

正常情况下,人在吞咽食物时,食管下括约肌松弛、贲门扩张以利食物通过。当食物输送到胃部之后,食管下括约肌收缩、贲门自然闭合,起到了单向阀门的作用。在某些致病因素的影响下,食管下括约肌收缩及舒张功能出现障碍、贲门解剖结构异常(如贲门松弛、食管裂孔疝等),胃及十二指肠内容物很容易反流进入食管。持续时间过长、过多、过频的反流,就会导致胃食管反流病的发生。

记者:不少人觉得胃食管反流病

只是引起烧心、泛酸等症状,没有太大危害,事实真是这样吗?

王洪涛:如果反流物仅对食管黏膜造成损伤,患者住住会出现烧心、泛酸、胸骨后疼痛等单纯食管症状;如果反流位置过高,突破食管入口处食管上括约肌的压力,就会对口腔、咽喉、鼻腔、中耳等黏膜造成损伤,表现为胃酸蚀症、过敏性鼻炎、慢性咽喉炎、中耳炎等;如果反流物被吸入气管、支气管,会导致严重的咳嗽、咯痰、哮喘样发作、窒息等。

需要强调的是,临床医学研究表明,病理性胃食管反流病是喉癌、食管腺癌发病的主要诱因。另外,临床上有一种病叫“阻塞性睡眠呼吸暂停综合征”(俗称打鼾),发展到一定程度会危及生命,这种疾病的患者大部分伴有病理性胃食管反流,胃食管反流病对这种疾病能起到推波助澜的作用。因

此,胃食管反流病对健康有很大的不良影响,应引起大家的重视。

记者:胃食管反流病表现复杂、很容易被误诊,怎样才能避免误诊呢?

王洪涛:作为消化科的医生,不但要深入了解胃食管反流病的知识,还要了解与之相关表现为口腔、耳鼻喉、呼吸科等症状的临床知识。反过来,口腔等专科医生也要对胃食管反流病的复杂表现有所了解。因此,我们提出了一个对胃食管反流病进行跨学科诊治的理念。

另外,对患者来说,如果反复发作的胃酸蚀症、鼻塞、流涕、咳嗽、气短等症状不能确定病因,甚至表现为心绞痛样发作而又没有确切冠心病诊断证据,不妨到消化科检查一下,看自己是否患了胃食管反流病。

治疗胃食管反流病生活调理最重要

记者:听您这么一说,胃食管反流病对健康的危害还是挺大的,那么有没有办法预防呢?

王洪涛:作为医务工作者,我们最大的愿望就是对疾病防患于未然,如果能阻断某种疾病的诱发因素,那么大家的身体就会处于健康状态。预防胃食管反流病,首先要知道胃食管反流病的发病关键所在。就像之前所说的,胃食管反流病发病的关键是食管下括约肌舒张、收缩功能异常和贲门解剖结构异常,而导致这种现象发生的主要原因是不良的生活习惯及腹压增高。

不良的生活习惯包括:暴饮暴食、不洁饮食、抽烟饮酒、大量进食高脂肪类食物、刺激性食物、临睡前进食过饱等。随着生活水平提高,肥胖者在人群中所占的比例越来越大,肥胖可导致腹压升高,再加上长期坐卧缺乏锻炼,更容易导致贲门松弛或加重食管裂孔疝,从而引发或加重胃食管反流。建议大家养成良好的生活习惯、保持合理的体重指数,这样可以减少胃食管反流病的发生。

记者:胃食管反流病该咋治疗?

王洪涛:治疗胃食管反流病,首先是生活调理和药物治疗,就像我们所说的要养成良好的生活习惯、保持

合理的体重指数等。此外,还可以加强腹式呼吸锻炼以增强膈肌的力量,把床头垫高5厘米~10厘米,利用重力影响降低胃食管反流病的发病率。药物治疗主要还是用质子泵抑制剂,如奥美拉唑、泮托拉唑、雷贝拉唑、兰索拉唑、埃索美拉唑等。如果食管黏膜损伤严重,还可以用黏膜保护剂,如果食管、胃的收缩蠕动功能不好,也可以添加胃动力药。

对于不能服药、对长期服药不能耐受或者有胃食管反流病合并症者,如 Barrett 食管、食管瘢痕性狭窄、中重度不典型增生(高级别上皮瘤样变等),建议进行手术治疗或胃镜引导下介入治疗。胃镜引导下介入治疗主要是食管下括约肌射频控温热凝治疗,就是在无痛胃镜状态下,由胃镜定位,然后插入射频导管对食管下括约肌进行射频控温热凝治疗,其目的是增加食管下括约肌的厚度,调整食管下括约肌的舒缩功能,从而达到抗反流的效果。

腹腔镜下微创治疗是通过腹腔镜对食管裂孔疝进行修补,把胃底部分组织包绕于食管,增强食管下括约肌的压力和改善贲门解剖结构的缺陷。另外,还有其他的介入和微创手术方法,目前尚处于临床研究及观察

阶段,需要积累一定的病例,提高改善后才能应用于临床。相信随着对胃食管反流病的研究越来越深入,会有越来越多、越来越好的治疗方法应用于临床。

记者:您在爱民医院会诊、查房两年多了,对爱民医院的情况很了解,在您看来爱民医院胃食管反流病诊疗中心运行状态如何?

王洪涛:爱民医院引进和开展胃食管反流病的专科诊疗项目,体现了他们关注专科疾病前沿医疗技术的意识和为一方百姓造福的社会责任感。合作3年多来,通过和爱民医院的同行交流,欣慰地看到爱民医院的胃食管反流病专科诊疗技术得到了长足发展。

目前,爱民医院购置的相关专科硬件设备基本满足临床诊疗的需要,而且他们已经能够独立开展相关的诊断、食管下括约肌射频控温热凝手术和腹腔镜下微创治疗技术。◎



专家简介

王洪涛,郑州大学第四附属医院胃食管反流病诊疗中心主任,消化内科主任,主任医师,硕士生导师。

2009年在中科院汪忠镐院士亲自指导下,成立我国第二家胃食管反流病诊疗中心,在我省首次引进咽喉反流24小时PH值检测技术、食道24小时阻抗-PH值监测技术和食道高分辨率测压等临床诊断技术。

他开展的“胃镜下食管下括约肌射频控温热凝治疗技术临床研究”“胆汁反流性胃炎相关病因调查及诊断相关标准探讨”等省级科研项目。



镜下食管下括约肌射频控温热凝治疗技术临床研究”“胆汁反流性胃炎相关病因调查及诊断相关标准探讨”等省级科研项目。

◎健康小测试

您有胃食管反流病吗？

您可以做个小测试,看看自己是否患了胃食管反流病。测试内容如下:

- 1.是否经常感到烧心?是否经常因为烧心而睡不好觉?
- 2.吞咽食物是否感到不顺畅?
- 3.吃下去的食物是否有时候会反流到口腔?
- 4.是否经常有酸味液体反流到口腔?
- 5.是否经常打嗝儿?
- 6.半夜平卧时是否经常感觉呼吸困难、喘

不过来气?是否在坐起或抬高床头的情況下症状有所减轻?

- 7.是否经常感到胸痛,但心脏方面的检查结果又基本正常?
- 8.饭后、弯腰或睡下时,烧心、呼吸困难、泛酸等症状是否会加重?

如果有上述问题,您回答“是”的数量达到两个,就提示您可能患了胃食管反流病,应尽快到医院检查,及早治疗。

特别提醒:

中央电视台10套科教频道《健康之路》栏目特邀首都医科大学北京同仁医院院长伍冀湘做客,想看看伍院长是怎么讲胃食管反流病的,扫一扫右侧二维码即可观看。



宝宝3岁前最好别用牙膏

家长可用指套牙刷蘸温开水给宝宝刷牙

虽然宝宝的牙还没长齐,但为了口腔健康,不少宝妈已经开始给宝宝刷牙了。市场上宝宝用的牙膏琳琅满目,还有的声称可以吞咽。事实果真如此吗?多大的宝宝可以开始用牙膏刷牙?日前,记者采访了南京市儿童医院口腔科主任李静。

李静说,3岁前的宝宝不主张用牙膏刷牙,尤其是成人牙膏。为了预防龋齿,大部分成人牙膏中都会添加氟化物、氟化物不能残留在口中,更不能吞咽,否则会影响健康。3岁前的宝宝控制能力较差,也不能很好地通过漱口来清洁口腔,容易把牙膏残留在牙缝中,或者把漱口水、牙膏吞进肚子里。因此,对不到3岁的宝宝,家长可以用指套牙刷蘸温开水或淡盐水给宝宝刷牙。3岁后,宝宝一般可以自理,有了一定的控制能力,吞咽功能发育也较完善了,此时可以选择儿童专用牙膏。不过,牙膏时量要少,黄豆大小即可。

李静说,给宝宝选牙膏还有一些需要注意:尽量选择无香味牙膏,孩子不宜使用成人牙膏,或含某些特定药物成分的牙膏,否则可能导致口腔菌群改变,影响健康。 (据《生命时报》)

管床医生回访、回访中心回访、院领导入户回访,淇县人民医院:

三级回访搭起医患“和谐桥”



淇县人民医院工会主席侯丽霞(右)到患者家中回访。

阮娅凡 摄

回访,分包区域院领导带队从上月出院患者中随机抽出12人进行入户回访,了解病人出院后的康复情况、对所接触医护人员及相关部门的治疗进行满意度调查;三是院领导入户

通过开展多种形式的回访,淇县人民医院将医疗服务延伸到患者出院之后,不仅为患者提供了出院后的健康检查和康复宣教,使患者在家中也能享受到便捷的技术指导和服务,同时,聆

听患者及家属的心声,有效拉近了医患距离,进一步提升了群众对医院的认可度和满意度。

回访工作开展以来,受到广大患者及家属好评。

(阮娅凡)

麻风病防治小知识(五)

世界防治麻风病日是哪一天?

及对卫生资源的消耗。

消除麻风病危害应采取哪些措施?

1954年,世界卫生组织确定每年1月的最后一个星期日为世界防治麻风病日。每年的这一天,许多国家举行各种形式的活动,以动员社会力量来帮助麻风病人克服生活和工作上的困难,营造社会支持环境。

麻风病有哪些危害？

麻风病的危害包括：一是麻风病致病、致畸造成患者部分或全部劳动力丧失，对人民群众身体健康造成危害。二是由于社会对麻风病的不了解，对麻风病人产生歧视和偏见，对个人、家庭和社会带来负面影响。三是麻风病流行和造成残疾，增加社会负担

为了消除麻风病危害，减少与麻风病相关的负担，需动员政府各部门和社会各界积极参与，加强病例早期发现、早期治疗，预防畸残；加大宣传教育，提高群众麻风病防治知识知晓率，促进及时就诊，消除社会对麻风病的歧视和偏见，倡导对麻风病患者关怀和支持，弘扬尊重和关爱麻风病患者的良好社会风尚。

(市疾控中心健康教育与慢病防控所)



春季露脚踝不可取,市中医院医生:

脚踝受冻易患关节炎

本报讯 (淇河晨报记者 孙雪莹) 随着气温回升,年轻人中刮起了“露脚踝”风,我市的大街小巷随处可见年轻人把自己的裤脚向上挽两寸,露出脚踝。这会不会影响健康?日前,记者采访到了市中医院主任中医师、门诊部主任李景鹤。

脚踝受冻易患关节炎

“我闺女就爱看韩剧,喜欢学里面明星的穿衣打扮,把自己的裤脚也挽了起来,光脚穿鞋,露半截腿。她觉得这就是美,咋说也不听。结果前两天一直喊脚膝盖疼,到医院一检查,医生说是冻出来的病——蹶关节炎。”市民王女士对记者说。

对此李景鹤表示,脚踝是人体承重关键,承受着人体的全部重量,皮下脂肪较薄,抗寒性较

热销朋友圈的“越南酸奶”未获我国进口许可

市食药监局:网购食品应通过合法渠道

本报讯 (淇河晨报记者 孙雪莹) 近日,“越南酸奶”在朋友圈里热卖,不少买家说,“这种酸奶口感好,靠谱!”“这“越南酸奶”靠谱吗?是否存在食品安全隐患?4月1日,记者对此进行了采访。

据了解,对于进口乳制品,国家质量监督检验检疫总局是有严格规定的,出口国及乳制品生产厂家均要符合相关条件,进口乳制品须经质检总局评审,评审通过后,才能获得注册资格,并出口到我国。记者调查发现,国家质量监督检验检疫总局官网上公布了符合标准的进出口乳制品国家,其中并没有“越南酸奶”。

“前两天,朋友推荐我在网上买了一箱‘越南酸奶’,发货快一个月才送到,拿到一看,上面没有汉字,也不知道这酸奶啥时候过期,真不放心。”市民刘女士对记者说。

对此,记者采访了我市一家超市经营者张先生,他说,酸奶需要冷藏贮存,以保证乳酸菌的活性,酸奶在2℃至6℃之间可以保存2周~3周。刘女士购买的酸奶发货后,近一个月才收到,真假暂且不论,运输过程中的储存条件难以

保障。

另外,记者从市食药监局了解到,无实体店经营的互联网食品经营者应持有食品经营许可证,并具有与经营的食品品种、数量相适应的固定的食品经营场所,贮存场所视同食品经营场所,并应当向许可机关提供具有现场登录申请人网站、网页或网点等功能的设施设备,供许可机关审查。无实体店经营的互联网食品经营者不得申请所有食品制售项目及散装熟食销售。

咱老百姓通过互联网购买进口乳制品有哪些需要注意的呢?“一要看互联网食品经营者是否持有食品经营许可证等有效证照;二要看卖家是否能提供出入境检验检疫部门要求随附的产品检验、中文标签等合格证明材料;三要登录相关部门官方网站核对和查询有关质量安全信息;四要保留好购货凭证,如出现质量问题便于对产品进行追溯。不要贪图便宜和一时的味觉享受,增强自己的安全意识和辨别能力,看清楚、查明白,这样才能买得放心,吃得安心。”市食药监局工作人员刘强说。

日本研究人员

用干细胞再生出完整皮肤系统

新华社东京4月4日电 (记者 华义) 日本研究人员在了一项新研究中利用实验鼠的iPS细胞再生出完整的皮肤系统。这可能将有助于开发出治疗烧伤、严重皮肤病、重度脱发等新方法。

iPS细胞是体细胞经过诱导因子处理后转化而成的干细胞,其功能与胚胎干细胞类似,具有发育成多种组织细胞的可能。皮肤分为表皮、真皮和皮下组织3层,包括毛囊、皮脂腺、汗腺等皮肤附属器,是非常复杂的系统。

日本理化学研究所日前发布公报说,研究小组首先利用实验

鼠iPS细胞培养出名为“胚样体”的细胞块,再将多个这样的细胞块放进胶原蛋白中并移植到实验鼠身上,形成了多种类的上皮组织。和天然的皮肤一样,这些上皮组织再生出了带有皮肤附属器的完整皮肤系统,这种皮肤还可以安全有效地移植到其他实验鼠身上。

公报称,这是首次完整再生出拥有复杂构造的皮肤系统。这一技术今后有望用于开发烧伤以及严重皮肤病的新疗法。相关论文已发表在新一期美国《科学进展》杂志上。