

肠镜检查勿害怕 抓住“黄金干预期”

近年来,我国消化道肿瘤发病率持续升高,尤其是大肠癌,因为其早期症状不明显,患者被诊断时往往已是中晚期,治疗难度与效果都将大打折扣。要做到早发现、早治疗,必然离不开大肠镜(以下简称肠镜)检查。

但是,不少人对肠镜检查相当排斥,甚至心怀恐惧。经常有人问,做肠镜检查痛苦吗?哪些人才需要做?

肠镜检查怎么做

上海市中西医结合消化内镜学会学术常务委员、上海市中医医院内科主任医师刘晏表示,肠镜是检查肠道疾病最常见、最有效的方法,可以帮助医生直接观察肠道内部的情况,提高大肠癌的早期发现率。

具体来说,就是用一根顶端带有摄像头的导管,经由肛门进入肛管、直肠、结肠、盲肠,操作人员借助屏幕来观察整个肠道内情况。

刘晏表示,肠镜检查前需要做两项准备。第一,检查中使用的“镜头”并非一次性用品,虽然会进行消毒,但也是大家共用的。为了更好地避免感染,做肠镜检查前需要验血,检查有无传染病。比如乙型肝炎表面抗原阳性、梅毒患者需要分管进行肠镜检查。

第二,检查前要吃流质食物、喝泻药,还要多喝水,目的是通过水把肠道内的粪便带走。排出清水便、无渣即为合格。如果肠道准备不佳,容易影响检查视野,可能会被医生“劝退”。

肠镜检查痛苦吗

“普通肠镜检查只需要15分钟左右即可完成,检查过程中虽有不适,但一般人也是可以耐受的。”

刘晏介绍:“肠镜在肠道里扭曲延伸,势必会造成一定的异物感与疼痛感。同时,清肠后肠腔紧闭,为了更好地暴露视野、方便操作,检查时会向

道里打气,让肠道膨胀,就会造成腹胀。再加上一些患者情绪紧张,不适的感觉就会更加明显。”

此外,一部分经历过胆囊、肝脏、肠道手术以及剖腹产的患者,由于腹腔内结构改变、手术后脏器互相牵拉,当检查设备深入肠道后,也会造成胀痛感。

对于耐受能力差的人来说,可以选择“无痛肠镜”。通过使用镇静催眠药物,让患者进入浅睡眠状态,不知不觉就做完了检查。有人担心:“睡着了,如果不慎戳破了肠道,自己完全不知道。”刘晏表示这完全是误区,“目前技术已非常成熟,发生穿孔的概率很小。”

肠镜检查之后,部分患者仍旧会出现腹痛、腹胀等症状,对此不必过于紧张,等排气后即可缓解。

拿好这张“安全牌”

事实上,大部分大肠癌都是沿着

“息肉-小腺瘤-大腺瘤-重度非典型增生-早期腺癌”的路径发展,其中,从息肉到重度非典型增生之前都是“黄金干预期”。

肠镜检查中,如果发现较小的息肉,可以直接摘除。较大的息肉(大于1厘米)有可能已经是恶性病变,需明确性质后再切除。

刘晏强调,根据大肠癌的特点,从肠道息肉发展成大肠癌往往需要5~10年。因此,假如一次肠镜检查没有发现问题,相当于领到一张“安全牌”,下一次检查可以放到5年后。

哪些人群需要做肠镜检查呢?刘晏呼吁,普通人群到45岁就应做一次胃肠镜检查;若有消化道肿瘤家族史或其他胃肠疾病的人群,检查年龄要提前。如果出现了2周以上的肛肠症状,比如大便形状、性质改变,腹部固定部位疼痛等,也要尽快做检查。

记者 梅一鸣

肺癌发生骨转移在晚期肺癌患者当中相当普遍,其造成的骨痛症状明显,还有可能导致患者出现病理性骨折。以往,对于这样的患者往往“无计可施”,如今的医疗手段增多,不妨了解一下。

一旦出现肺癌骨转移,基本原则就是进行全身治疗,包括使用骨改良药物以及使用抗肿瘤药物对肺癌本身进行治疗。而全身化疗可以消灭体内转移扩散的癌细胞,改善骨转移患者的症状。

此外,靶向治疗可以抑制肿瘤,改善病理性骨折的发生;免疫治疗通过重新激活机体的免疫系统,对肺癌骨转移也有帮助;而选择放射治疗可以更好地控制肺癌骨转移的速度。

空军军医大学第二附属医院肿瘤科 刘伟(副主任医师)

肺癌骨转移不再「无计可施」

症状改善了,还要继续服药吗?

不少人觉得“是药三分毒”,一旦症状有所改善,就擅自停止服药。事实上,以下三类药,不能说停就停。

抗菌药 一些患者使用抗菌药物后,发烧、乏力等感染症状会消失,但细菌可能尚未彻底清除。如果此时擅自停药,会导致病情反复、恶化或细菌产生耐药性。

抗精神病药 服用氯丙嗪、氯氮平等抗精神病药物后,患者的症状会明显改善。但是此时若突然停药,可能导致疾病复发、甚至加重。正确的做法是,在症状好转后可以逐渐减量,并保持服用一段时间,以巩固疗效。

降糖药 在血糖平稳后就立即停用降糖药,



会使患者血糖浓度在短期内急剧上升,容易造成生命危险。建议降糖药应长期服用,如需调整用药方案,应咨询医生。

上海交通大学医学院附属瑞金医院药剂科 石浩强(副主任医师)

“腔梗”与“脑梗”并非“双胞胎”

“腔梗”与“脑梗”,名字虽然接近,但临床表现完全不同。“腔梗”是腔隙性脑梗塞,通常是由于颅内大血管的细小分支出现了堵塞,导致血液不畅通,一般没有任何症状。而“脑梗”一旦发病,通常会有明显的症状,包括肢体无力或麻木、面部麻木或口角歪斜、说话不清意识障碍、抽搐等。

此外,两者的治疗方法也不同。对于“腔

梗”的治疗,其目的是防止病情进一步发展,所以主要以纠正生活习惯、调整饮食结构为主。而“脑梗”的治疗则需要分秒必争,一旦发生上述症状,应及时到医院进行溶栓、取栓等治疗,这样能最大程度地减轻患者的后遗症,保证患者的生活质量。

复旦大学附属金山医院神经内科 杨晓波(副主任医师)

自然流产是“优胜劣汰”

在生活中,有的孕妇会发生自然流产,这使那些盼望生育孩子的夫妇感到很遗憾。但是,自然流产不一定就是不幸,很多情况下也许它是自然界“优胜劣汰”的结果。

现代医学研究认为,自然流产主要是因为受精卵的染色体发生缺陷、畸形,致使胚胎发育不良所引起的。这种染色体出现缺陷和畸形的

胎儿,大多在妊娠早期即发生流产。即使能维持到足月,出生后的婴儿也往往有先天缺陷。

另外,自然流产一部分也源于母体因素,比如孕妇患有慢性疾病、生殖器官存在发育异常、有内分泌问题、情绪发生急剧变化、有外伤以及不良习惯等。因此,对于屡屡发生自然流产的女性,应及时到医院检查。 上海长海医院 供稿

眼镜与健康

为什么不建议在网配镜

茂昌眼镜
特约专栏
地址:南京东路762号 服务热线:63223839

随着互联网与物流行业的发展,网上购物成了大家生活的一部分,不少朋友在线下的视光中心验光后,会根据验光单上的度数去网上购买眼镜,但这么做并不靠谱哦!

验光处方并不等于配镜处方。很多人以为去眼镜店验光就是检测眼睛的度数,拿着这个结果就可以配镜了。验光处方只是患者眼睛屈光状态的一个测量结果,但它不一定就是你的最佳配镜处方。验光结果反映了顾客眼睛的屈光状态,但配镜处方则是配镜师和视光师根据顾客的戴镜场景、用途、年龄、职业等信息进行必要的个性化修正后给出的结论。专业的视光中心还会为顾客进行视功能的全方位检查,保证配的眼镜清晰又舒适。如果只是简单地用验光数据去网上验配,很容易出问题。另外验光单也有“保质期”,有些人在网上配镜为了方便,用自己以前配镜时的验光单。这些验光单短则一两个月,长则一两年甚至更久,往往与自己当时的视力情况有所差距。这样配出的眼镜当然不是最合适的,也不利于眼睛健康。

选择镜框不能只看“颜值”。至少还要考虑三个因素:1.镜架是有尺寸的,例如有的人耳朵位

置靠前或是靠后,所选的镜脚长度就会不一样,过长过短都会影响眼镜的前倾角和镜眼距。虽然大部分购物网站上都会标明眼镜的尺寸,但不经过现场试戴,是很难选择到适合自己尺寸的镜架的。2.配镜处方和镜架的选择紧密相连,例如近视度数高的消费者,如果选了大尺寸的镜框,不仅镜片会又厚又重,而且常常会出现眨眼时睫毛刷到镜片的尴尬。3.眼镜的使用场景和目的不同,需求不同,所选的镜架也是不一样的。经常运动的,需要搭配镜腿内侧有防滑措施、镜腿带有一定弧度能够包裹得更服帖的设计;经常伏案工作的,需要带有防滑托叶并且镜圈高度较高的镜架;经常驾驶车辆的需要更宽阔的周边视野。专业的配镜师可以根据你的实际需求给出最佳的推荐。以上三点只有在门店验光配镜时才能完整体现,不是在网上觉得好看买回来就行的。

最后,一副眼镜配好后,顾客到店取镜时,如有不适可以再次确认度数、面部轮廓、使用习惯等等,配镜师会根据这些情况进行镜架的调整,提高使用的舒适度。网购的眼镜无法做到这一点,如果觉得不适将就使用也会对眼健康造成影响。

购物时我们的确要考虑价格,但它并不是决定购买的唯一标准。更何况眼镜不同于普通商品,不仅要解决视力问题,还要保证舒适美观和健康。总之,验配眼镜是一个专业且严谨的工作,还是建议去专业的眼镜公司或者眼科视光中心完成。

答读者问

杨浦区刘先生来信咨询:我今年35岁,体检后发现患有重度脂肪肝。我不想吃药,准备完全食用素食来调理身体,这样可行吗?

上海交通大学医学院附属第九人民医院消化内科主任医师刘海林回答:食用素食并不等于清淡饮食,不少人还会通过煎炒、拌

麻酱等方式来烹饪,这样就会摄入大量脂肪。

此外,素食者摄入的蛋白质和维生素通常不足,这很容易导致脂蛋白合成减少,并降低脂蛋白的运输能力。这样就会有大量的游离脂肪沉积在肝脏中,反而会加重脂肪肝的症状。事实上,荤素搭配,才更适合脂肪肝患者。



千年观前街 一个采芝斋

苏州热线电话:0512-67276198 全国热线电话:0512-67274512
地址:苏州市观前街91号 网址:caizhizhai.tmall.com