

传统方法无果,内镜下胃转流支架为“胖友”解困

小邱是一名“90后”小伙,身高175厘米,体重高达120公斤,体重指数(BMI)接近40。由于长期肥胖,他饱受心肺功能下降、关节疼痛、睡眠呼吸暂停综合征等多重健康问题困扰。日前,在同济大学附属上海市第四人民医院消化内科执行主任周敏的带领下,成功为小邱实施了内镜下胃转流支架置入术。

传统方法减重无效

据悉,此前小邱尝试过多种传统减重方式:严格控制饮食曾让他

短期内减重5公斤,但因出现低血糖反应被迫中止;然而寄希望于高强度运动又因心肺和关节无法负荷难以坚持。反复的体重反弹和健康风险,让他陷入身心俱疲的困境。

小邱说:“每次努力都像一拳打在棉花上,看不到希望。”他亦曾一度考虑做切胃手术,但外科手术需切除部分胃组织,且术后不可逆的器官改变,最终令他望而却步。

什么是胃转流支架置入术

周敏介绍:“胃转流支架置入

术,就是在不改变胃肠道解剖结构的基础上,通过胃镜在十二指肠及空肠上段置入60厘米的管状套膜隔离食糜,加快食物通过近端小肠的速度和干扰相关激素信号,减少小肠绒毛上皮细胞对糖和脂肪的吸收,起到减重和改善代谢指标的目的。”

整个手术置入全程仅需15分钟,3个月后经内镜取出,不损伤器官结构。对既渴望减重,又抵触外科手术的小邱而言,这一不改变胃肠结构的“穿肠桥梁”成为理想选择。

“支架系统设计成熟,在X光引导下操作精准、可控,医生的学习曲线较短,具备胃肠镜基础的医生均可快速掌握该技术。”周敏说,该技术的核心在于为患者争取“代谢重启”的窗口期——通过短期介入降低体重基数,为后续生活方式调整奠定基础。

术后,小邱将在上海四院营养师的指导下,逐步戒掉宵夜习惯,调整饮食结构,并计划在体重下降后增加适度运动。据悉,团队还将持续跟踪小邱的短期恢复情况,如成功

减重40斤,或会考虑二次置入以达到常人标准体重。

周敏表示,肥胖已成为全球公共卫生的挑战,传统治疗模式亟需革新,药物、外科手术和内镜介入三者需形成互补。目前,胃转流支架适用于三类人群:药物反应不佳者、不符合外科手术指征的轻中度肥胖患者,以及需术前减重以降低手术风险的重度肥胖者。期待随着技术普及和临床数据积累,帮助更多“胖友”重获健康与自信。

上海市第四人民医院 供稿

你是否有过这样的困惑:明明小时候每天都被妈妈抱着看绘本,怎么现在却连当时最喜欢的绘本中的人物形象长什么样都记不起来?为什么3岁前的记忆就像橡皮擦去了一般消失不见?研究发现,当婴儿第一次看到这些图片时,如果他们的海马体特别活跃,那么他们之后就更有可能会认出这些图片。这说明,婴儿其实是能记住东西的,只是他们的记忆方式和成年人不太一样。

0~12个月大的婴儿,他们的海马

小时候的记忆“藏”哪儿了?

体正在忙着做一件事,即学习世界的规律。比如,婴儿会注意到妈妈说话的声音有高低变化,或者发现玩具掉在地上会发出声音。而当婴儿12个月大甚至更大一些以后,他们的海马体终于开始慢慢完善了,可以更好地处理具体事件的记忆,比如“昨天我玩了一个新玩具”或者“上周我去了公园”。这种记忆被称为“情景记忆”,用来帮人

们记住具体的事件。

既然婴儿能形成记忆,为什么我们长大后却几乎无法回忆起这些早期的经历呢?一种可能是,这些记忆没有被转化成长期记忆,所以很快就消失了。另一种可能是,这些记忆其实还在大脑里,只是人们不知道如何找到它们。就像你把一本书放在了书架上,但忘记了它在哪一层,所以你找不到它。



图源:千库网

所以,下次当你听到有人说“我小时候的事情一点都记不住了”,你可以告诉他们:其实你的大脑可能还记得,只是暂时找不到那把打开记忆之门的钥匙了!

据 新华网

「机器蠕虫」可清除大脑血栓

目前,中风后疏通血管的手术完全靠人工操作,通常会在患者腹股沟动脉处插入一根细丝,通过荧光镜引导,把细丝一直插入大脑,消除阻塞、疏通血管。这种手术相当于在大脑中穿针引线,如被卡住,导致摩擦,血管就会受到损害。

最近,研究人员发明了一种超细线,像蠕虫一样在大脑血管网中慢慢爬行,发现病灶时可及时采取措施,故名“机器蠕虫”。“机器蠕虫”采用磁驱动材料,外面包有一层水凝胶,转动起来非常润滑、无摩擦。导线由软质镍钛合金制成,也称镍钛诺,直径仅为0.6毫米,具有记忆功能。

据 环球网

过敏季来袭,当心眼内揉出硬疙瘩

眼睛红肿,又疼又痒,到医院检查,却发现眼皮内侧有“鹅卵石”样的硬疙瘩。近日,一名小伙因花粉过敏,在眼睛中揉出“鹅卵石”而登上热搜,春季卡他性结膜炎也由次引发讨论。

武汉市第三医院眼科郑鸿雁副主任医师介绍,春季卡他性结膜炎,又称春季角结膜炎,是一种与过敏有关的结膜炎。季节交替之间,尤其春季最常

发生。诸如花粉、尘螨、动物毛发等过敏原进入眼睛后,会诱发结膜等组织释放组胺等炎性介质,进而引起眼睛的瘙痒、发红、肿胀等症状。

如果频繁用力揉眼,不及时治疗,会对眼睑结膜和角结膜产生机械性刺激,这种持续的摩擦会损伤眼表的正常结构,导致眼结膜下的组织发生增生性反应。此外,如果叠加长期的炎

症刺激,就会使得结膜下的乳头状组织不断增生,形成“鹅卵石”样外观。

“眼睛痒是春季角结膜炎最典型的症状,一般来说痒感剧烈、眼睛红肿明显,有些患者会感觉眼睛里有沙子,磨得难受。”郑鸿雁说,尽量避免接触花粉、尘螨等过敏原是最有效的方法。如果症状严重,可以在医生指导下进行治疗。

据 健康时报

面对传染病,人类为什么选择“隔离”?

自古以来,针对麻风病、鼠疫、黄热病、霍乱等传染病,隔离一直被视作控制疾病扩散的有效手段。

据《论语》记载,孔子的弟子冉伯牛患麻风病时,孔子曾到他家探望,冉伯牛不让他进门,实行自我隔离。我国从隋朝开始,就有了“病人坊”之类的机构专门收容、隔离麻风病人。

自从14世纪“黑死病”肆虐欧洲以来,隔离措施逐渐成为常态。例如1377年,意大利的威尼斯等地就立法对流动人口实行强制隔离。

17世纪,位于英格兰北部的伊亚姆村约有400名居民,多数感染了鼠疫。村民们面临外出传播疾病或留在村内等待命运的选择,大多数人选

择了自我隔离,不开村庄。这种牺牲性精神显著降低了该地区鼠疫死亡率,使得北部地区的死亡人数远低于南部。

到了19世纪中期,随着科学家对传染病研究的深入,为隔离策略提供了更加坚实的科学基础。此后,隔离成为了防止传染病扩散的标准措施之一。

上海市疾病预防控制中心 供稿

耳朵里藏着“健康开关”

你知道吗,耳朵上真有所谓的“健康开关”,通过刺激这些部位就能够养身保健。广东广州医科大学附属第一医院康复科谢凌燕副主任医师推荐了一套揉耳养生操,不妨一试。

在中医理论中,耳朵被视为一个“倒置的胎儿”,上面分布着与全身脏器器官相对应的穴位。这些穴位通过经络与全身相连,刺激它们,就可调节脏腑功能及全身气血运行,相当于做了一次全身按摩,进而提

升人体免疫力。

首先是揉搓耳根。用食指和中指夹住耳根,上下搓动,力度适中,持续1到2分钟,直到耳根微微发热。耳根部位是少阳经、太阳经等经络的必经之处,搓动耳根可以刺激这些经络,缓解局部不适。

其次是按揉三角窝(耳轮上下脚之间的凹陷处)。用拇指和食指捏住三角窝,轻轻按揉,力度以感到酸胀为宜,此后再向上、向外拉耳朵尖,持续1到

2分钟。按揉时,还可配合深呼吸,放松身心。三角窝内有神门穴,按揉此处可以清热泻火、缓解焦虑、失眠等问题。同时,三角窝与内分泌系统相关,按揉此处可以平衡激素水平,改善月经不调、更年期综合征等。

最后是环揉耳垂。用拇指和食指捏住耳垂,以画圈的方式轻轻揉动,再往下牵拉,做1到2分钟。耳垂部位有多个反射区,与面部相对应。环揉耳垂可以改善面部血液循环、缓解头痛,还能补肾固精。

据 人民网

甲状腺癌也会「盯上」儿童和青少年

甲状腺癌不再是成年人独有的疾病,儿童和青少年也可能“中招”。儿童及青少年甲状腺癌特指患者年龄在18周岁以下的甲状腺癌,是甲状腺癌中的一个特殊类型。尤其是14周岁以下儿童,他们的临床表现与成人不同,且发病率逐步上升。

儿童及青少年甲状腺癌的发病原因尚不明确,已知的危险因素有放射线暴露、三级以内亲属的甲状腺癌病史、APC相关息肉病以及DICER1综合征等可能影响甲状腺的遗传性疾病。

这类患儿大多没有明显症状,通常是在发现颈部肿块或淋巴结肿大时就诊,部分可触及颈前区肿块,随吞咽移动。所有超声提示可疑恶性的甲状腺结节及淋巴结均应该进行穿刺细胞学病理检查,并完成包括融合基因在内的基因突变检测,以指导后续治疗。

儿童及青少年甲状腺癌确诊后的主要治疗方法以手术为主。由于病变累及范围较大,手术风险相应增加,约三分之一的患儿可能在术后出现口唇、手足麻木等低钙血症症状,需要额外补充钙剂。出院后需长期口服左旋甲状腺素片。

目前研究表明,手术及后续治疗对患儿的生长发育无明显影响。术后5至10年内还需规律复查甲状腺功能和颈部超声。

上海交大医学院附属仁济医院 头颈外科 郭凯

千年观前街 一个采芝斋

苏州热线电话: 0512-67276198 地址: 苏州市观前街91号

全国热线电话: 0512-67274512 网址: caizhizhai.tmall.com