

专家连线

# 消化性溃疡的预防与治疗

雷平玉



消化性溃疡主要指发生于胃及十二指肠的慢性溃疡,可发生于食管下段、胃空肠吻合口周围及含有异位胃黏膜的梅克尔憩室。这些溃疡的形成与胃酸和胃蛋白酶的消化作用有关,故称为消化性溃疡,是一种多发病、常见病。

## 【病因】

胃酸分泌过多、幽门螺杆菌感染(Hp)和胃黏膜保护作用减弱等因素是引起该病的主要因素。另外,胃排空延缓、胆汁反流、遗传因素、药物因素、环境因素和精神因素等,都会引起该病。

## 【临床表现】

上腹部疼痛最为常见,具有节律性、周期性和长期性特点;疼痛性质常为隐痛、灼痛、胀痛、饥饿痛或剧痛;无疼痛者(占10%~25%)发作可伴有嗝气、泛酸、流涎、恶心、呕吐等;并发症有出血、穿孔、幽门狭窄及胃癌等。

## 【诊断】

目前,主要用电子胃镜检查具有确诊价值;不能耐受胃镜者可进行X线钡餐检查。

## 【治疗】

一般治疗:保持情绪乐观、生活

规律、劳逸结合,避免暴饮暴食,戒烟,避免饮用咖啡、浓茶,避免食用刺激性调味品,避免服用损伤胃黏膜的药物,如阿司匹林等。

药物治疗:制酸剂,如碳酸氢钠、氢氧化铝、硫糖铝等;胃黏膜保护剂,如丽珠得乐、麦滋林、铝碳酸酯、膜固思达等;抑酸药有组胺H<sub>2</sub>受体拮抗剂和质子泵抑制剂,如奥美拉唑、雷贝拉唑等,是较新型抗溃疡药物,临床效果较好。

## 【预防】

去除和避免诱发消化性溃疡的因素非常重要,这些因素包括精神刺激、过度劳累、生活无规律、饮食不节、吸烟、酗酒等。消化性溃

疡经药物治疗症状缓解、溃疡愈合后,仍需要给予维持剂量的药物,对预防溃疡复发有积极意义。消化性溃疡大多伴有幽门螺杆菌感染(占80%~95%)。幽门螺杆菌感染是导致消化性溃疡的主要病因之一,不根除,则溃疡不易愈合,愈合后也易复发。因此,对Hp相关胃十二指肠溃疡,在应用降低胃酸药物的同时,给予患者有效的抗菌类药物,从而根除Hp感染,也是预防溃疡复发的重要环节。此外,胃泌素瘤或多发性内分泌腺瘤、甲状旁腺功能亢进症、梅克尔憩室、巴雷特食管等疾病,常可伴发消化性溃疡,应及时到消化专科治疗。(作者供职于巩义市人民医院)

## 实用方

### 治经行吐衄验方

丹参12克,怀牛膝15克,丹皮9克,芍药9克,生地15克,佛手12克,柴胡6克,山楂15克,黑栀子9克,藿香6克,茵陈15克,郁金10克,茯苓10克,怀山药10克,桑寄生15克。该方具有养阴清热、舒肝解郁、引血下行之功效。主治经行吐衄。水煎服。

### 鲜茅根汤

鲜茅根30克,旋覆花9克,代赭石9克,炒丹皮6克,知母9克,鸡血藤15克,通草3克,橘核9克,桃仁6克,杏仁6克,赤小豆15克,川牛膝9克,紫苏6克,滑石12克,血余炭9克,莲藕30克。该方具有柔肝降逆、导血归经之功效。主治代偿性月经。水煎服。

### 治代偿性月经验方

生地15克,墨旱莲15克,鲜荷叶15克,丹皮9克,生白芍9克,白茯苓12克,泽泻9克,怀牛膝5克,甘草3克。该方具有滋阴降火、凉血止血之功效。主治代偿性月经。将上药用水浸泡30分钟,再煎煮30分钟,每剂煎2次,每天1剂,分2次服。

(以上验方由张建民提供)

本版药方需要在专业医生指导下使用

# “屁事”可以有多大

通讯员 邢璐

在河南大学附属郑州颐和医院国际健康管理中心,经常有人咨询:平常放屁较多,外出时会觉得特别尴尬,是不是得了什么疾病呢?今天,河南大学附属郑州颐和医院专家就来为大家讲解一下关于放屁那点事儿……

“屁者,五谷杂粮化之气体也。”人为什么会产屁呢?一是在吃食物时吞下了空气;二是胃肠道内产生的气体;三是血液渗透而入的气体。由此可见,放屁是人的正常现象。正常人一般每天放屁10次左右,每人每天释放的废气约为500毫升。

屁的多少与饮食有关。能引起放屁的食物很多,有洋葱、生姜、生蒜、薯类、甜食、豆类等。这些食物可产生大量氢、二氧化碳和硫化氢等气体,因此食用后会产屁增多。此外,屁的多少还与人的消化功能强弱有关。消化不良时,肠道细菌发酵快,容易产生气体,使屁增多。

放屁是人体调节气息和完善脏腑机能的一种外在表现形式。如果长时间放屁过多、过少或不放屁就会影响机体的新陈代谢,

影响健康。因此,很多专家认为,从放屁可以看出一个人的健康状况。

若一天放屁超过15次,首先要考虑食物影响。生活中常见的豆类、肉类、蛋类、萝卜等,是容易产生气体的食物。豆类非常容易使人体产生废气,但豆类产生的气体无臭味;肉类和蛋类不好消化,在肠道内停留时间较长,易产生硫化氢这一臭鸡蛋味的气体。如果是食物原因造成屁多,建议合理饮食,荤素搭配,进食时细嚼慢咽,少吃或不吃这些食物,或者餐后服用益生菌、酸奶等,以改善症状。其次要考虑消化道的问题,如消化不良、胃炎、胃溃疡或肠道功能紊乱。在放屁的同时往往伴有腹胀、腹痛、腹泻、发热、血便和食欲不振等临床表现。

如果长时间不放屁,应根据情况考虑以下问题。腹部胀如鼓,叩击咚咚音,提示腹部胀气,这就要考虑肛门、直肠是否有病变,如炎症、肿瘤、便秘、痔疮、肠套叠、肠扭转、肠梗阻等。如果长时间不放屁,被憋回大肠中的屁就会慢慢地被肠壁吸收,进入

血液。这样就会造成体内的毒素难以排出,导致脸上出现粉刺、雀斑,甚至引起皮肤干燥、粗糙。在生活当中,人们经常会说“屁大点事儿”,但从健康上来看,屁还真不是个小事。因此,有屁就要痛痛快快地放出去。放屁是一种正常的生理现象,对人的健康有利。一个人如果一天到晚不放屁,这对健康非常不利。

萝卜顺气健胃,对气郁上火生痰者有清热消痰的作用,青萝卜疗效最佳,红皮白心萝卜次之,胡萝卜无效。萝卜最好生吃。如果胃肠胀气或手术后想尽快放屁,可喝萝卜汤。莲藕能通气,还能健脾和胃,养心安神,亦属顺气佳品。茴香的果实可做药用,名为小茴香,嫩叶可食用。其子和叶都有顺气的作用,用叶做菜馅或炒菜可顺气、健胃、止痛,对生气造成的胸腹胀满、疼痛有较好的疗效。山楂擅长顺气止痛、化食消积,适宜气裹食造成的胸腹胀满疼痛,对于生气导致的心动过速、心律不齐也有一定的疗效。山楂生吃、熟吃、泡水,各种食用方法皆有效。

# 精神疾病患者出院后应注意哪些问题

韩慧萍

精神疾病患者经过系统治疗后,处于缓解期,这时便可以回归社会和家庭,继续接受院外康复治疗。为精神疾病患者创造一个良好的康复环境,是预防精神疾病复发的重要措施。具体应做到以下几个方面。

一、加强康复治疗。康复治疗是预防精神疾病复发的关键。在患者出院时,应向患者及家属讲清楚精神疾病的性质和防止复发的可能性,介绍复发的早期症状和预防疾病复发的具体措施,并指明持续治疗的重要性。

二、定期复查。患者出院后应与主管医生保持联系,定期向

医生汇报病情,便于医生掌握患者的服药情况、生活状况及心理状态,适时调整用药剂量,指导患者的生活。如果患者或家属觉察到病情波动的早期征兆,要及时采取措施,免于因疾病复发而住院治疗。这样既减少患者的痛苦,又减轻了患者家庭的经济负担。

三、合理安排患者作息时间。家属应注意患者的作息情况,既要保证患者有充足的睡眠时间,又要鼓励患者多参加户外活动。患者要到社会中进行锻炼,适应社会环境。周围的人对患者要理解、关心和支持,提高精神疾病患者的社会地位。同时,

患者也要发挥自身的主观能动性,正确对待自己、他人,促进身心健康。

四、合理控制饮食。患者出院后要忌烟酒、浓茶、咖啡等,避免饮用兴奋性饮品,多运动,少吃辛辣油腻食物,宜清淡饮食,多喝水。

五、心理康复指导。医生指导患者要具备良好的心态,学会自我调控情绪,适当参加有益活动,提高自身对家庭和社区的适应能力。患者要学会自我释放压力的方法,比如肌肉松弛法、健身运动、听轻音乐、练习书法等。

六、自我照顾技巧训练。由

于患者住院时间较长,大多数出院后会有不适应环境的感觉。医生应教会患者生活自理,尽快融入家庭和社会。

总之,出院后的精神疾病患者要坚持服药,不能私自停药或减药,要定期复查,预防疾病复发。

## 心灵驿站

协办:郑州市精神卫生中心 郑州市第八人民医院  
心理热线:(0371) 68953120

**郑州松恩生物科技有限公司**

郑州松恩生物科技有限公司第四代治疗鼻炎技术,是纯中药疗法,具有不痛苦、操作简单的特点,对鼻窦炎、鼻甲肥大、慢性鼻炎等疾病可以签约治疗。该技术对过敏性鼻炎也有较好的临床效果。

寻求合作伙伴,携手打造地方品牌。加盟松恩,让您的药店、诊所可以成功转型发展。

地址:河南省郑州市中原区陇海路与桐柏路交叉口凯旋门大厦B座2705室。

联系人:李经理  
电话:13275972217

**中国中部国际医疗健康产业博览会**

**第35届中原医疗器械(2019年春季)展览会**

主办单位 全国卫生产业企业管理协会 河南省医疗器械行业协会  
承办单位 郑州好博塔苏斯展览有限公司

2019年3月15日~17日

中国·郑州国际会展中心

■ 参会厂商1500家  
■ 展示产品26000件  
■ 展出面积50000平方米

微信预登记

扫描二维码加关注,点击“预登记”进行参观登记。

(0371) 66619408

**寻医问药** Xun Yi Wen Yao

专家团队 答疑解惑

专家:郑州大学第一附属医院 王叨

网友: 请问儿童患了急性淋巴细胞性白血病怎么治疗?一般治疗周期有多久?

王叨: 儿童白血病有两大类,一类是急性淋巴细胞性白血病,是儿童常见的白血病类型,占儿童白血病的75%;另一类是急性髓性白血病。随着医疗水平的提高,预后也得到了较大改善。目前,发达国家的儿童急性淋巴细胞白血病治愈率接近90%。因此,现今医学认为儿童急性淋巴细胞白血病是一种可治性疾病。

急性淋巴细胞性白血病可以根据基因、染色体、流式细胞技术等检测结果,分为多种类型,不同类型治疗方法不同。医生会根据每位患者的具体病情,制定个性化治疗方案。急性淋巴细胞性白血病的治疗分为数个阶段,即诱导缓解、强化巩固和维持治疗。治疗手段主要采用联合化疗、靶向药物治疗。对于一些高危难治性或复发的急性淋巴细胞性白血病患者,还可以采用先进的细胞免疫治疗、造血干细胞移植等。该病总的治疗时间需要根据患者的身体状况和病情变化来决定,大多数治疗方案需要耗时两三年才能完成。

如果儿童不幸患了白血病,现在可以应用多种方法进行救治。急性淋巴细胞性白血病有着良好预后。国家对于低危和中危的急性淋巴细胞性白血病患者有大病救助医保政策,避免患者家庭因病致贫。

《寻医问药》栏目旨在为广大患者与医生、医生与医生之间搭建起咨询交流的平台。该栏目专家团队由全省各科专家组成。

如果您想寻医问药,我们可以邀请相关专家在栏目中为您一对一答疑解惑。同时,请关注“医药卫生报”官方微信公众号,可以在线咨询专家,也可以加QQ(一种流行的中文网络即时通信软件)进行咨询。

本报微信公众号: yiyaweishengbao QQ: 5615865

**河南省洛阳正骨医院**

**骨关节科主任张淑卿:**

**老年髋部骨折的康复管理**

健康访谈

扫码看视频

专家名片:

张淑卿,主任护师,硕士研究生导师,河南省洛阳正骨医院(河南省骨科医院)康复院区管委会委员兼护理部主任;任国家中医药管理局中医重点学科建设带头人,世界中医药学会联合会骨伤科专业委员会常务理事,中华中医药学会护理分会委员,中华护理学会骨科护理分会委员,河南省护理学会骨科护理专业委员会主任委员,河南省中西医结合学会护理专业委员会主任委员;从事骨科护理、康复护理、护理管理工作36年,发表学术论文30余篇,出版专著5部,获厅局级以上科技成果奖9项,目前在研课题2项。

**肛肠全程无痛技术培训**

**常年招生**

**学痔瘘技术送鼻炎技术**

联系人:田长修 电话:13653737333  
地址:卫辉市人民路北段田氏痔瘘专科门诊