

体检查出息肉，切还是不切？

现代医学通常把生长在人体黏膜表面上的赘生物统称为息肉,从鼻腔、声带、胃肠、胆囊到子宫、膀胱,息肉可谓无处不在。时下,随着市民体检意识的增强,各种藏于体内的息肉无处遁形。息肉虽以良性居多,但由于其中一部分有恶变倾向,因此,很多市民纠结于切与不切。锡城多名医学专家表示,对于这类“小疙瘩”,总体不要太在意,也不要太大意,切与不切,应根据各种息肉的具体情况而定,切除息肉后,仍需遵医嘱定期复查。

体检意识渐增强,息肉检出者增多

“以前就算长了肠息肉,但是市民不做肠镜,根本不知道。”市人民医院消化内科博士杨成介绍,如今,市民对胃肠镜检查接受程度逐渐高了,像五十岁以上的市民,半数以上检出有肠息肉。江大附院(原无锡三院)消化内科博士余利华介绍,胃

息肉患者一般没有感觉,有的最多有点上腹部胀,胃镜检查的普及使得这些胃息肉无处藏身。

市民健康意识增强了,发现息肉的患者多了也就不足为奇了。市二院耳鼻喉科副主任朱国臣介绍,在鼻腔手术中,鼻息

肉是占比最高的,鼻腔的息肉一般长到豌豆大小就会出现鼻塞、鼻衄等症状而被察觉。市中医医院耳鼻喉科负责人朱杭军说,声带息肉好发于用嗓习惯不好的人群中,一般息肉长到芝麻绿豆大时就会出现声音嘶哑而被及早查出。江大附院(原无

锡三院)肝胆外科副主任钱毅介绍,胆囊息肉本身并无明显不适症状,一般市民因上腹痛或体检时,B超查出胆囊上长了息肉。息肉较小时,B超、CT和核磁共振等检查不能确定息肉的性质,因此统称“胆囊息肉样病变”。

息肉切还是不切,视具体情况而定

担心会不会癌变、纠结切不切成为各种息肉检出者关注的焦点。专家的意见是针对具体情况而定。“胃肠道的息肉要严格区分。”余利华介绍,如肠息肉分为非肿瘤性息肉和腺瘤性息肉两类,非腺瘤性息肉与癌症的发病关系不大,而腺瘤性息肉是公认的癌前病变,95%以上的结肠癌来自结肠腺瘤,家族性腺瘤性肠息肉病更是一种遗传性疾病,几乎最终都会发生癌变,这

样的“定时炸弹”还是早点切除为好。非肿瘤性息肉极少部分也会恶变,因此也要定期观察,如果增长较快,也要早期切除。

“少数胆囊息肉随着息肉的不断增大,可能会发生癌变,需要引起重视。”钱毅介绍,目前主要还是根据胆囊息肉大小来预测胆囊息肉癌变的可能性,定期检查息肉大小的变化,结合临床表现和伴随的情况,来决定是和平共处还是斩草除根。一般胆

囊息肉直径大于10毫米以上时不论有否症状,建议手术治疗。

“对于鼻息肉,如果比较局限,可用皮质激素喷鼻剂喷鼻,并持续观察,如果息肉较大、症状较重,也会影响呼吸等功能,则要手术治疗,并在术后做活检明确诊断。”朱国臣介绍,双侧鼻腔新生物多为鼻息肉,作为医生更关注单侧鼻腔新生物,除了鼻息肉外,还有易复发、可恶变的内翻性乳头

状瘤,以及恶性肿瘤可能,因此检查鼻腔内新生物就显得很有必要。

“声带息肉较大可阻塞喉腔引起呼吸困难,其致命杀伤力还在于突发癌变,但很多息肉在癌变后,患者并没有很强的不适感。”朱杭军介绍,一旦出现声音嘶哑、喉部异物感、咽喉干痒疼痛,一定要去医院明确诊断,必要时也可在医生建议下手术摘除声带息肉。

多数内镜下切除,切后要定期复查

对于有隐患的息肉,应在医生的建议下切除,目前的息肉,多数能在鼻镜、喉镜、胃镜、肠镜、胆道镜等内镜下切除。杨成博士介绍,息肉的生命力极其旺盛,虽然切除了,但是生活习惯没变,体内环境没变,适合生长的土壤还在,还会生根发芽,死灰复

燃,所以要定期复查。以结直肠息肉为例,临床上通常根据结肠镜病理检查结果、切除完整性、肠道准备、健康状况、息肉家族史和既往病史等来决定复查时间;对于低风险息肉切除术后复查时间,建议在3个月到1年不等复查肠镜。

虽然息肉的形成原因尚未明确,但是与市民的生活方式也是有一定关系的。钱毅介绍,胆囊息肉可能与慢性胆囊炎、胆囊结石和胆固醇代谢紊乱有关,肥胖、吸烟、高脂血症、高胰岛素血症、肝硬化等是胆囊息肉的好发因素,应积极做好上述疾病的

预防和治疗。

朱杭军介绍,声带息肉与发声习惯有很大关系,平时要重视保护嗓子。余利华提醒,平时多吃蔬菜、多运动、少便秘,也能有效预防胃肠息肉的发生。

(卫文)

■ 医卫短波

●7月16日,市中医医院“本草有约”国药知识普及系列课程在美湖社区暑托班开班,该系列课程是市中医医院由18位来自药理学和临床专科的青年中医骨干共同开发,让孩子们从小学习、了解中医药知识,爱上祖国医学,增强中医自信。(钟意)

●胡康镇卫生院自今年引进盆底康复治疗仪以来,已为上百名女性提供了科学的盆底康复治疗服务。据悉,盆底康复可帮助产后妇女改善盆底肌松弛的现象,增加盆底肌的收缩力度,保持盆底肌弹性。(小奚)

●为啥百病生于“气”?日前,鹅湖镇社区卫生服务中心邀请市中医医院心理医师查智群,为辖区老人进行心理讲座,强调了情绪对老年人健康的影响,增强了老年人调节心理健康的能力。(仁心)

四到六成静脉曲张患者不适合手术

“晚上不要出去快步走,可以平躺在床上,做做空蹬自行车……”听到医生的嘱咐,静脉曲张患者王阿姨感觉很贴心。为她诊疗的是“奚氏清法”传人、无锡易可中医医院周围血管科主任朱成河。

王阿姨患静脉曲张5年多,去年做了手术,术后腿部一直有种“沉重感”。没想到今年开始患处出现了溃烂,这下她慌了,就找到了朱成河。“我这做过手术了,怎么还会复发?”对此,朱成河说,四到六成静脉曲张患者是深静脉瓣膜功能不全导致深静脉高压造成的。如果不解决根本问题,盲目手术,术后容易复发、出现下肢肿痛痒就不可避免。

朱成河主任应用“奚氏清法”常用的视触叩听闻,为王阿姨做了检查,还给她讲解了静脉曲张的发生原理,教她如何自测腿部肿胀是否恶化的小窍门。经过一番细致周到的问诊后,朱成河依据“奚氏清法”治疗体系开出了治疗方案及流程,并在清创、用药上仔细斟酌。

针对日常保养问题,朱主任还传授给王阿姨几个平时可以缓解静脉曲张的小妙招。如多平躺促进血液流通;平时用一把椅子以压腿的姿势进行腿部训练;固定的单车也可以适当练习。他特别提醒,下肢肿痛痒、静脉曲张等一定要全程管控,易可也将为他们提供全程管控服务。

据介绍,大部分静脉曲张与深静脉瓣膜功能不全相关,手术并未解决瓣膜功能不全问题。该院传承的“奚氏清法”通过中医内外治,解决深静脉高压问题,从而修复瓣膜功能,再配以“中国腿病拳斗”奚九一先生一生积累的奚氏口服名方中药,不仅解决血管问题,还从根本上解决血液问题。(赵雷)



阿合奇青少年来锡参观

为进一步落实对口支援和南北挂钩工作,加深无锡、阿合奇两地青少年交流,22名新疆阿合奇县的优秀青少年参加了“2019无锡——阿合奇融情实践夏令营”,参观学习了无锡市疾控中心病媒生物标本展示馆。

(钦嫣 摄)

网购脚膜贴出双脚红肿溃烂

近日,家住宜兴的李小姐在使用了网购的美肤脚膜后,竟导致双脚红肿溃烂。医生提醒,网购护肤产品需谨慎。

28岁的李小姐皮肤白皙,容貌姣好,唯一让她不满意的是,自己的双脚皮肤略显粗糙,不够完美。不久前,李小姐在手机上刷抖音时,看到某网红主播推荐的一款去死皮的美肤脚膜很不错,便网购了几盒该品牌的脚膜回家贴敷。谁知,李小姐按照说明书要求贴敷了两次后,脚上的皮肤非但没有像广告中宣传的那

样变得白嫩细腻光滑,反而出现了红肿热痛,右脚尤为严重。虽然李小姐立即停用了该脚膜,但双脚肿痛症状仍持续加重,最后发展到皮肤溃烂,看上去像被开水烫伤了一样。她一瘸一拐地来到宜兴市中医医院皮肤科就诊,医生诊断为刺激性接触性皮炎并发感染。经过一个多星期的换药、抗感染等治疗,李小姐脚上的创面才逐渐痊愈。经过一番交涉,网店商家同意退款,却拒绝赔偿医药费。看着残留在脚背上的斑斑伤痕,李小姐真是

欲哭无泪。

“不管是面部美容产品,还是足部的护肤产品,我们都不建议在网上盲目购买。”宜兴市中医医院皮肤科主治医师张园表示,门诊上经常会遇到因使用网购护肤品导致激素依赖性皮炎、刺激性接触性皮炎等病症的患者。网售护肤产品质量良莠不齐,真假难辨,存在一定的安全隐患。而且,消费者在使用网购的护肤产品后,一旦出现不良反应,维权也比较困难。

(潘静 杨明洁)

痛风能致肾衰非危言耸听

患者王某春节以来痛风已发作三次,查出肾功能严重受损,险些肾衰竭。在人们印象中,痛风不过是关节肿痛而已,怎么会与肾衰竭联系起来?市中医医院风湿免疫科副主任周腊梅介绍,大多数痛风患者仅仅注重有关节肿痛的表现,但是更大的伤害还是对肾脏的悄然影响,部分患者先出现肾结石,然后进展到痛风性肾病,就有肾衰竭的风险,该科每年有200多名痛风住院患者就是出现了肾脏等脏器的损害。

“正常人平时吃的肉、鱼、虾、鸡、鸭、啤酒等高嘌呤食物,部分经过代谢形成尿酸,正常情况下,多余的尿酸会通过肾脏排泄出去。但是如果长时间过多进食高嘌呤食物,尿酸生成过多,超出肾脏排泄功能,或者肾脏排泄本身有问题,肾脏排泄障碍多出来的尿酸形成尿酸盐结晶就会沉积在关节、肾脏等地方,使得关节肿痛反复发作,肾脏受累。”周腊梅介绍,对于痛风患者,往往首先表现为

足部的大脚趾或足背如刀割一样疼痛,表面皮肤发红、发烫,疼痛难以忍受,患者一般都会到医院就诊,医生会给予消炎止痛药物治疗,多次痛风发作后,患者还要服药降尿酸。

“尿酸痛风患者关节肿痛是患者能够立马感受到的,但是对肾脏的损害很多患者却不知,特别是一些没有关节肿痛症状的高尿酸血症患者,更要关注尿酸指标,尿酸升高除外影响肾脏,与脂肪肝、高血压、冠心病、糖尿病、脑梗塞均有关系。”周腊梅介绍,尿酸高了会形成尿酸盐结晶,沉积到肾脏形成肾结石,损害肾脏,最终引起肌酐升高,引发痛风性肾病,该院这类病人会占到痛风患者的30%左右。因此,对于很多只重视关节痛的痛风患者,不痛了就以为了好,有的甚至停了药,这是不正确的。

周腊梅表示,有多年痛病史的患者一定要定期检查肾功能。当然,预防更重要,日常饮食应对高嘌呤食物有所节制。(卫文)



●范志红(中国营养学会理事,科学传播首席专家)

很多老年人当年吃粗粮吃怕了,不肯接受一半全谷杂粮主食的生活,甚至宁可不吃鱼肉只吃白米白面。教育起来难啊。殊不知,一半全谷杂粮薯类,加上足够的鱼肉蛋奶,才是更有利于预防三高的。

●修志夫(整形博士,主任医师,中国整形博士联盟主席)

无任何从医资质,三五天上岗,然后就变成了你们在私人工作室看到的“微整形医生”,年收入上百万,200元的针卖2000元,干这行比干其他任何一行挣钱都快。我好奇的是,到底是什么样的人在选择这样的“医生”?

恶性心律失常猝死患者起死回生

7月18日,因冠状动脉痉挛导致恶性心律失常猝死的老蒋高兴地 from 宜兴市人民医院出院,并向多科室医务人员表示感谢。

6月28日,老蒋晕倒在高陞一馄饨店门口,心脏骤停,经过院前心肺复苏后的他被宜兴市急救中心紧急送到宜兴市人民医院急诊科后,虽有呼吸心跳,但意识昏迷,呼吸节律不规则。院方经过CT、心电图、心超等相关检查后,未查出患者猝死原因。在将患者转入ICU室给予充分的监护与对症支持治疗时,患者再次心脏停跳。在这急救关头,该院决定通过体外膜氧合技术,为重症患者心肺功能的恢复赢得宝贵时间,创造诊治机会。在此期间,院方对患者进行了心脏冠脉造影,终于明确了患者猝死的原因是冠状动脉痉挛导致的恶性心律失常,于是进行了对症治疗,患者的心功能终于恢复。经过7天精心护理和严密观察,患者终于清醒过来,转到普通病房继续康复治疗。

据宜兴市人民医院心血管内科主任杨松介绍,患者有多年吸烟史,冠状动脉痉挛是各种原因所致的冠状动脉一过性收缩,引起血管不完全性或完全性闭塞,从而导致心绞痛、心律失常、心肌梗死及猝死。该病发病隐匿,常规检查很难发现,容易漏诊,患者一定要及时做心脏冠脉造影明确诊断和接受对症治疗。同时,有长期吸烟、饮酒、肥胖、高血压的人群是高危人群,一旦出现胸痛、胸闷等不适症状,及时到正规医疗机构就诊。(晨曦)

梅雨季,中药保存要防湿

无锡市中医医院副主任药师王卿介绍,相较于西药,中成药的贮存对湿度、温度等条件更为敏感,且不同剂型的中成药的贮存侧重点略有不同。药品贮存不当,会严重影响中成药的药效,甚至引起变质而危及患者的生命,每年都有不少人因服用发霉变质的中成药而导致药源性疾病。

在中成药贮存的因素中,要牢记“阴凉、通风、密闭、冷藏”,可以将药品集中存放在固定区域,并遵循干燥、防日晒、避空气原则。很多含有糖分的中成药,如生地、熟地、黄精等,易发生肉眼可见的变质,这些中药应放在阴凉通风处,并注意密闭保存。冬虫夏草可将其与花椒或丹皮放在密闭的玻璃瓶中,置于冰箱中冷藏,或在储藏虫草的地方放一些干燥剂。麝香、番红花等有挥发性成分并极怕串味的药,可密封起来后再放到冰箱中冷藏,就不会散味了,而且这样保存还可以起到防虫作用。

中药开封后,建议放在密封性较好的真空保鲜盒内,如果长时间不服用,也可用真空袋做真空抽气处理,也可以将药品盛放在洗干净的玻璃瓶中,然后盖紧瓶盖,用蜡转圈滴在瓶口处封严就行了。(张纪红)

山里人 卖的就是山里货

来自安徽大别山椴木灵芝孢子粉、孢子油、有机硒等

一个批发灵芝系列等农产品的小店

打铁必须自身硬,货比三家不吃亏。在无锡这么多年来,不免费赠送、不打电话回访。所有活动都会增加你的购买成本。感谢你的支持和认可,你想要的产品价格、规格、包装,小店都有。

吃的安全放心永远是你上上之选!

批发零售,薄利多销:椴木孢子粉 1000 元 / 斤,买 3 斤送 1 斤。纯孢子油 2000 元 /100 粒 / 瓶,每粒 0.5 克,买 10 瓶送 2 瓶。混合孢子油 1200 元 / 瓶,买 10 瓶送 10 瓶。

小店利薄,请不要还价,货比三家,肯定不会吃亏。谢谢购买!

无锡总店:崇宁路 17 号 4 楼(无锡市检察院西隔壁)电话:82700029 13093041150

三院专卖店:春申路供电局后面荷花里顾桥旁 电话:15152258250

洛社代卖:洛社天奇 B 座 72 号 701 室 电话:13606191050

向阳苑电话:13915331803 体育中心电话:13921281187 坊前代卖电话:13771473550