

# 锡城一年新增上千“造口人”

## 早诊早治减少肠癌膀胱癌发病率

38岁的吴女士在江大附院(原无锡四院)查出直肠癌,由于肿瘤位置仅离肛门口4厘米而无法保肛,她不得不接受了再造肛门,称为“造口”。一度因此封闭自己的她如今已能走向社会。10月5日是世界造口日,记者连日来从多家医院了解到,像吴女士这样的“造口人”逐渐增多且呈年轻化趋势,据不完全统计,锡城去年比前年新增上千名“造口人”。

### 几多“造口人”,集中在肠癌膀胱癌患者中

江大附院(原无锡四院)胃肠外科伤口造口专科护士孙丽雅介绍,该院去年新增“造口人”300多人,为市属大医院中比较多的。“造口人”多集中在直肠癌患者中,直肠癌是消化道最常见的恶性肿瘤之一,近年来发病率有升高趋势,甚至出现了二三十岁低位直肠癌不能保肛

的患者,医生会为患者取一段小肠,在腹部做一个永久性造口。对于一些能保肛的肠癌患者,需要在腹部右侧做一个临时性的预防肛瘘的回肠造口,数月后再行手术恢复原来的肛门。还有一些晚期肠癌导致的肠梗阻患者,会在腹部做一个横结肠造口以利排便。膀胱癌则是泌尿系统

最常见的恶性肿瘤之一,且容易复发,如果膀胱全切除,就得做尿路造口。

记者了解到,由于肠癌和膀胱癌手术多集中在市属大医院,据不完全统计,市人民医院、二院、江大附院(原无锡三院)等几家大医院一年新增“造口人”总计在1000人左右。

### 掌握护理技能,“造口人”能和正常人一样生活

“每天排便都要通过腹部造口,那还算人吗?”这是很多“造口人”一开始的沮丧想法。他们因为失去正常的排泄功能而感到自卑,再加上“造口人”一开始护理技术不娴熟,更换造口袋时袋子剪得过大或者过小,容易引起粪便渗漏,导致伤口水肿、出血、皮炎等,心理负担重,不想出门。老徐本来很开朗,患膀胱癌全切膀胱

后,他不再愿意出门,子女带他去马山、宜兴等地,他也不愿去,更别说出远门。经过心理疏导和造口护理技术训练,现在他已适应了,觉得和正常人也没有什么区别。

孙丽雅介绍,要让“造口人”尽快走出疾病阴霾,一方面要调整患者心态,另一方面要给予他们正确的护理指导。“造口人”科学护理,及时

更换造口袋,不会有什么异味,即便是外出旅游也不是问题。随着现在“造口人”的低龄化,只要保持身心健康,造口者结婚、怀孕也能行。但是,目前造口师缺口大,和多数大医院一样,该院伤口造口专科护士仅5人,很多医院甚至没有这方面的专科护士。

### 改变不良习惯,早诊早治不当“造口人”

肠癌高发的一个重要因素和摄入高脂肪、高蛋白、高热量、低纤维、辛辣刺激性食物多但运动少有关,膀胱癌的一个高危因素就是吸烟,30%-50%的膀胱癌患者有多年吸烟史。因此,

改变不良生活习惯非常重要。此外,有些肠癌、膀胱癌患者就是因为延误了病情,肿瘤已经增大,所以到了无法保肛或是膀胱全切,因此,早诊早治也能尽量减少“造口人”,肠癌只要做个

肠镜就能发现,膀胱癌虽然早期症状并不明显,但出现无痛性血尿就到医院做进一步检查,早期膀胱癌治愈率还是比较高的。

(卫文)

### 给小患儿讲国旗故事

国庆来临之际,江大附院(原无锡四院)儿科病房里,针对患儿就医的恐惧心理,医生送上小国旗,和患儿讲国旗的故事,既安抚了患儿情绪,又增强了儿童的爱国主义精神。

(钦嫣 摄)



## 秋风乍起,面瘫患者扎堆

最近一段时间天气渐凉,但早晚温差明显,到宜兴市中医医院就诊的面瘫患者明显增多。据了解,该院针灸科每天要接诊20多名面瘫患者。医生提醒,秋天要慎用空调、电扇,注意面部保暖,避免受凉。

15岁的小宇是一名初中生,近日傍晚,他躺在床上吹电扇边看书,不知不觉就睡着了。吃晚饭的时候,小宇妈妈发现,儿子的嘴角明显歪斜,脸上的表情很不自然。小宇自己也觉得不对劲,右眼闭合不全,喝汤时汁水直漏。到医院诊断小宇得了面瘫,经过宜兴市中医医院5天的针灸治疗,目前小宇的口角歪斜、流涎等症状已

明显好转。

73岁的胡师傅也是一名面瘫患者,一贯怕热的胡师傅在空调房里待了一个下午,当时感觉很惬意,直到晚上刷牙漱口合不拢嘴时,才发觉不对劲,仔细一照镜子,发现自己的嘴歪了,眼睛一只大一只小。翌日早上,胡师傅到村里的卫生服务站就诊,医生诊断为面瘫,挂水治疗3天后,胡师傅的症状似乎更重了,感觉舌头僵硬,不听使唤,吃饭时很费劲,右眼出现畏光、刺痛、流泪等不适。近日,胡师傅来到宜兴市中医医院接受针灸治疗,目前症状已明显改善。

宜兴市中医医院针灸科主治医师王彬介

绍,面瘫又叫面神经麻痹,是一种常见病,好发于各种年龄段,一年四季可发病。它的发病机理尚不明确,可能跟机体免疫力下降、病毒感染等有关。临床上接诊的面瘫患者,发病前大多有吹冷风、淋雨、受凉等诱因。王彬提醒市民,目前早晚温差大,要及时随气温变化增减衣服,千万不可贪凉,对着空调、电扇猛吹,特别是洗澡或运动出汗后。骑电动车、摩托车外出时,要注意面部保暖。平时要加强锻炼,增强体质,注意休息,保持睡眠充足,谨防面瘫的发生。一旦患上面瘫,要尽早针灸治疗,以免贻误治疗良机。

(潘静 杨明洁)

## 美学修复,让牙齿更美

医学指导:南京医科大学无锡口腔诊疗中心(无锡市精神卫生中心口腔科)副主任医师 陆晓丰



### 【典型案例】

江先生是锡城一位成功人士,但是,才50岁的他感觉上下6只门牙显小、牙缝稀,严重影响形象。在南京医科大学无锡口腔诊疗中心(无锡市精神卫生中心口腔科),他接受了一种全瓷贴面的牙齿美学修复术,在修复前就能通过数字微笑设计软件(DSD)看到修复完成以后的效果,经过打样取模、专业制作、贴面安装,如今,成功安装全瓷贴面的江先生不仅形象大为改

观,而且贴面和自己的牙齿非常吻合,外人看过完全能以假乱真。陆晓丰副主任医师介绍,这是因为现在的这种全瓷贴面仿真效果好,而且磨除牙体组织少甚至可以不用磨牙,对牙龈刺激小,贴合牢固。当然,全瓷贴面听上去只要在牙齿上贴一层东西,但程序繁琐,对牙医的技术要求高。这种全瓷贴面厚度仅为0.2毫米,修复后基本没有不适感,相当于是牙齿的微整形。

### 【专家解读】

陆晓丰介绍,随着市民对牙齿美观要求的进一步提高,牙齿美学修复越来越受到市民的重视和青睐,如前文提到的牙齿全瓷贴面就是一种修复方法,对氟斑牙、轻中度四环素牙、变色牙、牙齿外形不佳、轻度牙齿排列不齐等多种牙齿问题有美学修复效果。此外,还有正畸、补牙等一系列修复措施可以满足市民朋友对牙齿美容的要求。正畸就是矫正牙齿、解除错颌畸

形,常规用钢丝加铁片,特别是一些爱美女性只能暂时当“钢牙妹”,有碍形象。该中心采用隐形矫治技术,就能很好地避免变美过程中的尴尬。这种矫治器使用的是透明无毒的进口材料,通过前期计算机辅助设计,按照牙齿循序渐进矫正的要求,让患者1-2周就换一副矫治器,整个过程视个体情况,要在一年半左右内换几十副矫治器,让患者在不知不觉中达到矫正牙齿的目的。

还有一些门牙龋齿患者需要用树脂补牙,别看小小一个洞,补起来相当体现技术含金量。陆晓丰介绍,目前先进的美学树脂分层修复技术,一般补一个洞要用到4-5种甚至更多种树脂,因为真牙不是一层材料,通过采用不同质地和色泽的树脂分层修复,模拟牙齿的不同结构以及美学表现力,最终能达到和真牙一样的美学效果。精益求精的牙科医师常常会使用齿科显微镜技术,精细化程度可见一斑。

(卫文)

## 境外染疟疾,抢救数次才保住性命

出国前别忘了预防接种

老王是一家私企业主,由于业务需求经常要飞往非洲,前不久他出国后染上了疟疾,还因为病情恶化转入了ICU,经数次抢救才保住了性命。近年来,出国务工、留学、旅游的人群较多,稍不注意就容易像老王这样染上当地的传染病。出国前后要接种哪些疫苗以便最大程度地保护自己,日前记者采访了无锡市疾控中心工作人员。

### 非洲疟疾严重,要有防蚊防疟的意识

据介绍,疟疾在民间俗称“打摆子”,是一种由疟原虫引起的虫媒传染病,我市已于2015年达到消除疟疾标准,但这并不意味着疟疾消除后就真的没有疟疾了。

全球86%的疟疾病例发生在非洲。寒冷、高烧、出汗是疟疾发作的典型症状,重症病人还会出现昏迷、休克以及肾功能衰竭等。专家提醒,去疟疾高度流行区,要有防蚊防疟意识。截至目前,虽然尚无有效的疫苗可以预防疟疾,但可预防性服用疟疾治疗药物,如青蒿素、氯伯喹等。

### 部分国家麻疹爆发,去之前最好先接种麻疹疫苗

本已在全球濒临消失的麻疹近年来在全球多个国家死灰复燃,美国爆发了近30年内最为严重的麻疹疫情,欧洲去年麻疹病例总数是2016年的15倍,菲律宾2019年以来已有超过1.3万人确诊感染麻疹。

专家提醒,对抗麻疹最安全有效的手段就是接种疫苗。去这些国家前,最好先接种含麻疹成分疫苗。大龄儿童及成人若无麻疹疫苗接种史,建议接种2剂次麻疹疫苗,2剂次之间最短间隔28天;若既往接种记录已有1剂次麻疹疫苗接种史,则只需加强接种1剂次即可。

### 百日咳、流感疫苗可选择出国后再注射

专家介绍,不同国家对留学人员预防接种规定不一样,去往英国、美国、加拿大、澳大利亚的留学人员,依照规定,还需出示预防接种白喉、破伤风等免疫状况。不过,目前国内百日咳疫苗只有儿童免费疫苗,无成人自费疫苗,如果要接种的话,只能到了国外再打。去往南美洲、非洲等黄热病疫区的工作人员,则规定出国前最少提早12天接种黄热病疫苗,不然不予入关。如果是出国的医务人员或医学院学生,还要注射乙肝疫苗。总之,出国前要查询一下目的地最新的疾病流行情况,选择当地有高风险的疾病来接种疫苗。

也有人出国前考虑到国外医疗费用较高,想提前注射流感疫苗,以防不时之需。但专家提醒,每年的流感疫苗会根据当地的流感情况,所含毒株成分有所变化,在国内打的流感疫苗,并非所到区域的流行株,针对性不强,因此提前接种疫苗意义不大。

(张纪红)

### ■ 医卫短波

● 杨市的沈先生患踝关节渐大性肿块20多年,近期肿块增大明显引起酸胀不适影响行走,在杨市卫生院外科傅主任的耐心解释和鼓励下,沈先生决定手术。为了减轻患者心理负担,加强医患沟通,术前傅主任和沈先生互相加了微信,方便有异常情况及时联系。23日顺利完成踝关节4×4厘米腱鞘囊肿切除术,出血量少,沈先生对手术效果非常满意,解决了他20多年的病痛。对于沈先生发来的微信红包,医生却拒收。

(杨静华)

● 日前,梁溪区山北街道社区卫生服务中心开展健康快乐夕阳红健康咨询义诊活动。医务人员为辖区老人量血压、听心率,详细询问他们的身体状况、既往病史,耐心分析病情,并给予健康指导。同时,医务人员向老人发放了各类健康教育宣传资料。

(山北)

● 今年,洛社镇卫生院针对辖区居民推出个性化签约服务包,为重点人群提供个性化服务。该院组织10个家庭医生签约服务团队启动辖区老年人个性化签约服务,其中男性老年居民自费225元就可享受六项肿瘤指标测定及前列腺、肾脏和膀胱B超检查;女性老年居民自费250元享受六项肿瘤指标测定及甲状腺、乳腺B超检查。组织妇女儿童保健家庭医生团队开展孕产妇个性化签约服务,孕产妇自费395元就可享受孕期检查套餐。截至9月底,辖区已有近200名老年人签订了个性化家庭医生服务包,50多名孕产妇完成个性化签约服务。

(范新霞 黄婕)

## 头痛反复发作小心中风

泰州的黄女士患头痛已经有30年,吹风、劳累、紧张、热,都会让她的头痛发生,“发作时眼前发黑,头顶像要炸开一样痛,说话都说不清楚。”月经来之前,还会恶心、呕吐,严重影响工作学习。每次发作厉害就吃止痛药,药量也不断地增加,每天吃3次,最多时一次吃4片。她尝试了多种止痛药,但效果都不佳。她说:“我也知道,吃多了止痛药对肝肾的损伤太大,但是太痛了,不吃没办法。”

接诊黄女士的是易中中医医院创始人之一、上海曙光医院神经内科原主任、中华中医药学会脑病分会副主任委员魏江磊教授。他告诉黄女士,止痛药只能临时止痛,不能从根本上解决问题,尤其是长期、大量吃止痛药不仅对肝肾损伤大,对于神经系统也有严重损伤,会造成记忆力下降。

魏江磊表示,偏头痛要抓紧治疗,如果任头痛自由发展,后果极为严重。他引述《中国偏头痛防治指

南》称,偏头痛可导致脑白质病变、认知功能下降及后循环无症状性脑梗死等,且与焦虑、抑郁等“现代都市病”共患。前者是脑萎缩,后者是发展至老年痴呆。在2017年,知名医学期刊《Brain》就曾报道,偏头痛患者特别是有先兆偏头痛患者,患中风的几率要高出常人27%,50岁以下的妇女最危险。

随后,魏江磊结合黄女士的病情和个体差异,为她开了头痛方,并配合中医外治手段。据悉,这个药方魏江磊曾亲身试药:原来魏江磊上大学时,也曾患有严重头痛,后来采用一位名中医的方子,吃了8周后,他的头痛消除,至今30多年过去了,再未曾发作。

魏江磊作为上海神经内科专家,不仅看偏头痛厉害,治疗三叉神经痛、帕金森病、中风等也很擅长。9月28日上午,魏江磊为头痛、三叉神经痛、帕金森病患者提供咨询,可提前预约。

(李俊)

## 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、有机硒等产品正宗大别山灵芝,你会吃出大山的味道,你健康我开心。

## 一个批发灵芝系列等农产品的小店

市场上孢子粉多如牛毛,为了你和家人生命健康安全,谨慎购买!打铁必须自身硬。小店不免费赠送、不打电话回访。记住:所有活动都会增加你的购买成本。你想要的产品价位、规格、包装,小店都有。

### 小店利薄 请不要还价 货比三家不吃亏

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。

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