

肠道也会得结核

▲ 平煤神马医疗集团总医院 李婵娟

病例1 近日，接诊一名在校女大学生，近半年来反复出现腹痛、大便次数增加、体重减轻等症状。起病初期未在意，直到后来腹痛越来越严重，体重下降20余斤，出现肠-膀胱痿，才被送进医院，最终诊断为腹腔结核（肠结核+结核性腹膜炎）。

病例2 张先生，29岁，最近3个月反复出现上腹痛、肠梗阻等症状，体重持续下降至重度营养不良，误以为是胃病，服用多种药物治疗，效果不佳，最终诊断为肺结核合并肠结核。

病例3 上班族李先生自述每天早上起来就想上厕所，起初是便后即好，但逐渐加重，伴腹痛、腹泻，不伴有里急后重，误以为是着凉，自行口服黄连素效果不佳，后查阅资料怀疑是肠结核，前来就诊。

什么是肠结核

肠结核是由结核分枝杆菌侵入肠道而引起的慢性特异性感染，好发于回盲部，是我国常见的肺外结核之一，多继发于肠道外结核，如空洞性肺结核。患者以中青年居多，女性多于男性，乡村发病率高于城镇。根据病理改变，

肠结核分为溃疡型、增生型、混合型。

感染途径

肠结核会传染，感染肠结核主要有3种途径：经口感染、血行感染、直接蔓延。

经口感染 多数是由于开放性肺结核患者，吞下含有结核菌的痰液使肠道发生感染。健康人与肺结核患者共进饮食、共享餐具，未采取必要的消毒措施，致使结核菌直接进入肠道引起感染。少部分是饮用未经消毒的带菌牛奶或乳制品，而发生牛型结核分枝杆菌肠结核。

血行感染 肺结核原发灶的病原菌，可经血液循环播散至肠道。

直接蔓延 腹腔或盆腔内的结核病灶，可以直接蔓延至肠道。

临床表现

肠结核的临床表现多种多样，缺乏特异性，可能有不同程度的腹痛、腹泻、血便、腹部包块、发热、消瘦等临床表现。

腹痛 主要为回盲部所在的右下腹隐痛，当病灶牵涉上腹、脐周时，可引起隐痛、钝痛等，

常见进食诱发腹痛伴便秘，腹痛症状在排便或肛门排气后可以出现不同程度的改善。

溃疡型肠结核常伴腹泻，粪便呈糊样，多无脓血，不伴里急后重。有时腹泻与便秘交替。增生型则多以便秘为主。

腹部包块 常位于右下腹，一般比较固定，中等质地，伴有轻度或中度压痛。腹部包块主要见于增生型肠结核，也可见于溃疡型肠结核合并有局限性腹膜炎，病变肠段和周围组织粘连，或同时有肠系膜淋巴结结核。

全身表现 以低热和消瘦最为常见，且多见于活动性肠结核，合并粟粒性肺结核者可有高热表现。其他表现包括贫血、盗汗、乏力、纳差等。

并发症 见于晚期患者，以肠梗阻及合并结核性腹膜炎多见，瘘管、腹腔脓肿、肠出血少见。

对有结核病史的肠梗阻患者，若同时伴有不明原因的发热、贫血、消瘦、乏力等表现应考虑肠结核的可能。

治疗方法

肠结核治疗与肺结核类似，关键是早期、

联合、适量、规律、全程的抗结核药物治疗（常用药物有：异烟肼、利福平、吡嗪酰胺、链霉素、乙胺丁醇），以达到早日康复，避免复发和防止并发症的目的。

腹痛可用抗胆碱能药物，若出现不全性肠梗阻时，需要禁食，胃肠减压、静脉补液及营养支持治疗等。出现严重肠穿孔、完全性肠梗阻、肠道大量出血止血不佳及诊断困难需开腹探查者，需要手术治疗。

日常生活中如何预防肠结核？

预防肠结核的根本是尽快控制身体其他部位的结核感染，尽可能实现早期治愈。

（1）肺结核患者不要吞咽痰液，并尽可能保持大便通畅。（2）与结核病患者密切接触的人群，养成良好的卫生习惯。牛奶或乳制品必须经过规范的消毒杀菌过程才可食用。（3）接种“卡介苗”可预防结核感染。积极锻炼，增强免疫力。抵抗力差的避免在人员密集、密闭的空间里久待，生活与工作房间在条件允许情况下，应每日开窗通风2次以上，每次>30 min。

一文了解结直肠癌

▲ 四川省泸州市合江健欣兴康医院 翟永宏

结直肠癌属于恶性肿瘤，在临床上较为常见，虽然可以提前进行预防，但是由于具有非常高的死亡率，给患者的身体健康和生命安全造成了严重的威胁。因此，提高大众对结肠癌的认知，做好防治工作至关重要。

什么是结直肠癌

结直肠癌又称大肠癌，是指大肠的上皮细胞出现的原发性恶性肿瘤。在我国，结直肠癌的发病率排在肝癌和胃癌之后，位居第三。临床研究证实，如果癌细胞没有出现侵袭转移，只有10%的患者会在5年内死亡，如果癌细胞向局部淋巴结转移，有30%~40%的患者会在5年内死亡，如果癌细胞向远端转移，有高达89%的患者会在5年内死亡。

主要症状

便血 80%的结直肠癌患者会出现持续性便血症状，且粪便中伴有黏液，患者日常会感到便意增加，但是只能排出黏液或血液。

排便习惯改变 这是由于肿瘤生长在肠道中，随着肿瘤变大，会阻碍粪便的排泄，导致患者的粪便性状、排便习惯发生改变。

腹部包块 约有50%的结直肠癌患者腹部会出现包块，这是因为肿瘤细胞与周围组织发生粘附，形成的不规则性质的肿块。这些肿块在发病早期可以进行活动，但到了癌症晚期，肿瘤的浸润程度提高，肿块就不能活动了。

消化道症状 随着病情的发展，腹痛、腹胀症状会从间歇性发展为持续性，部分患者还可能出现排气受阻、腹部剧烈疼痛、肠梗阻等急性症状。

发病因素

熬夜会影响体内毒素的正常排出，当毒素长期在人体内堆积后，会导致机体代谢功能下降，从而产生癌细胞。因此，长期熬夜是结直肠癌的主要诱发因素之一。

如果日常饮食中以高蛋白、高脂肪为主，没有补充足够的膳食纤维和水分，会对肠道蠕动

造成影响，粪便会在肠道长期滞留，从而产生毒素，增加患病几率。另外，经常食用烧烤等不健康食物，也会造成毒素堆积肠道，诱发结直肠癌。

饮酒也可能会引发结直肠癌。国际癌症研究机构的研究数据表明，重度饮酒人群更容易患有结直肠癌。

美国防癌协会数据显示，因吸烟诱发的结直肠癌患者约占总患者的12%，且吸烟的男性发病率高于普通男性的34%，吸烟女性的发病率高于普通女性的43%。

治疗方法

手术治疗 第一，结肠镜切除术：可以将黏膜内早期癌和腺瘤癌变切除干净；第二，开腹手术：针对已经发生转移的患者，可以同时切除病变组织、清扫淋巴结；第三，腹腔镜手术：可以将肿瘤组织切除，并进行淋巴结清扫，比开腹手术创伤小、恢复快；第四，经肛局切术：可以将侵犯到肛门周围的肿瘤切除干净。

多学科协作治疗 是以循证医学为基础，综合病理科、放射科、化疗科、外科等多个学科，结合患者的肿瘤分期、类型等个体特征，制定综合性的治疗方案，以达到最理想的疗效。

预防措施

定期体检 尤其是年龄超过40岁者，需要定期做胃肠镜检查，如果发现腺瘤息肉、多发性息肉，立即手术切除，防止癌变。

调节饮食 禁食霉变食物，减少食用油炸食物、烟熏食物、腌制食物，上述食物长期食用会破坏肠道黏膜，提高大肠病变风险；另外，还需要多进食粗粮、水果、蔬菜，避免发生便秘。

戒烟戒酒 由于长期吸烟、饮酒都会提高恶性肿瘤发生率，所以，改正这些不良的生活习惯，对预防结直肠癌有着积极作用。

近年来，受生活习惯和饮食习惯影响，结直肠癌患者年龄越来越低，值得年轻人高度重视。结直肠癌患者在发病前一半会先出现肠道息肉，如果能够及时发现并切除，可以防止癌细胞的生成。所以，定期体检、做好预防，当身体出现不适时也应及时入院检查。

腰痛和下肢麻木，可能都是它惹的祸！

▲ 河南省周口市人民医院 刘鸿豪

很多中老年人一有腰痛、腿麻症状，就怀疑自己腰椎间盘突出。其实上述症状如果休息后可以缓解，很有可能患上腰椎管狭窄症了。如果不及早治疗，有可能会

导致疼痛加重、尿失禁，甚至瘫痪。

什么是腰椎管狭窄症

腰椎管狭窄症是指各种原因引起的腰椎骨与软组织（关节突关节、椎板、黄韧带、椎间盘等）发生形态与组织结构的变化，导致中央椎管、神经根管、椎间孔处狭窄，使神经根和（或）马尾神经受到压迫，引起一系列临床症状的疾病。常见的病因包括退变性、先天性、峡部裂滑脱、外伤性、医源性、代谢及内分泌疾病等。临床上以退变性腰椎管狭窄为主，多见于老年人。

临床分类

先天性（发育性）腰椎管狭窄症 原发性椎管狭窄包括腰椎椎体发育不良、半椎体、椎弓崩裂合并滑脱等先天因素导致原发性椎管狭窄。

后天性（获得性）腰椎管狭窄症 由于退变所引起的椎间隙松动，黄韧带松弛、肥厚与内陷，椎体边缘骨刺形成，小关节松动与增生及椎板增厚等均可能导致腰椎管及神经管内径（尤其是矢状径）变小而引起临床症状。

临床表现

腰腿酸痛、灼痛 特点是前屈腰部时不受任何影响，而后伸时疼痛加重。下蹲或平躺时疼痛减轻或消失。

神经源性间歇性跛行（最常见）呈进行性发展 具体表现为患者步行约一二百米后，或站立约数分钟后即感到一侧或两侧小腿和足部疼痛、麻木、酸胀和无力，必须蹲下或弯腰休息片刻后方可再走。但走不久又出现疼痛。多椎段的中央管狭窄常导致双下肢间歇性跛行，而单一椎段中央管狭窄或单侧神经根管狭窄只能引起单侧

下肢间歇性跛行。

鞍区麻木、大小便失禁，阳痿。

腰椎生理前凸减小或消失。

早期患者可无任何阳性体征。

主要治疗方式

保守治疗（1）卧床休息。发病初期卧床后局部静脉回流改善，无菌性炎症反应（充血、水肿）消退，狭窄得以缓解，加上腰背肌放松，一般卧床2周主观症状会有减轻；（2）消炎止痛药物治疗；（3）理疗；（4）腰背肌锻炼；（5）腰带保护。

手术治疗适应症（1）诊断明确，经常发作，已影响正常工作、生活，经非手术疗法久治无效者；（2）根性症状较明显，保守治疗无效者宜手术治疗，以防诱发粘连性蛛网膜炎；（3）出现进行性的行走无力或马尾综合征者；（4）对继发性腰椎管狭窄应持积极态度，并注意对原发病应全面考虑，争取一次手术解决问题。手术目的和方法：减压、固定、植骨融合。

如何预防

平时要多注意合理的劳动姿势与良好的生活习惯。搬抬重物时，髋膝弯曲下蹲，腰背伸直，重物紧压身体后，方能用力起立和迈步。当在背或扛重物时，胸稍前弯，髋膝稍屈，迈稳步，步子不宜大。睡觉时，头颈部要自然中立位，双髋双膝稍屈，并避免机体受风着凉受潮。

坐立或伏案工作不要太久，应避免因长期保持一种姿势所带来的软组织疲劳，剧烈运动前，注意准备活动及保护。

对于使用腰部劳动强度大的职业，要佩戴有保护作用的宽腰带。预防椎管狭窄首先要有良好的生活习惯，比如不宜坐位或低头过久等。

需要注意的是，并不是所有腰痛及下肢疼痛麻木都是由椎管狭窄症引起的。腰椎间盘突出症、椎管内肿瘤、静脉血栓、感染等疾病也可能引起腰腿痛、麻木症状。