

# 重症急性胰腺炎并发症的防范与处理

▲ 广东省广宁县人民医院 伍世谋

急性胰腺炎（AP）属于常见急腹症，80%的患者为轻症急性胰腺炎（MAP），只需进行对症治疗，但约有20%的患者会发展为重症急性胰腺炎（SAP），因全身炎症反应综合征导致多器官功能衰竭，需要在ICU进行治疗。ICU治疗过程中的并发症防范和处理极为重要，会影响患者的预后及长期生活质量。

## 重症急性胰腺炎并发症的防范

**早期液体复苏** 液体复苏是SAP治疗的基础，可以维持血流动力学稳定，预防休克。在ICU治疗中应尽早开始液体复苏，选择恰当的平衡晶体液，如乳酸格林液。液体补充剂量和速度应根据患者具体情况进行调整，避免过度或者不足。有关研究表明，积极的液体复苏虽然可以快速纠正低血容量，但也会导致液体超负荷情况，引发呼吸衰竭和腹内高压。因此，液体复苏应将目标作为导向，参考患者的血细胞比容以及血压等数值进行调整。

**营养支持** 营养支持是SAP患者并发症防范的重要环节，应尽早进行肠内营养，尽量在患者入院48h内实施。肠内营养能够有效维护患者的肠道黏膜屏障功能，减少细菌移位和感染并发症的发生率。如果患者不能口服食物，可以通过鼻胃管或者鼻肠管给予营养液，营养液应从低剂量开始逐渐增至目标剂量。值得重视的是，如果肠内营养会显著增加腹内压，则需要适当调整或者暂停。

**感染预防** 在ICU治疗中应严格遵循无菌操作原则，减少感染发生。针对SAP患者来讲，不建议使用预防性抗生素。但如果出现感染迹象时，如发热或者白细胞计数升高，应立即通过微生物培养并结合药敏试验结果，选择恰当的抗生素。

**腹内压监测** 腹内高压和腹腔间隔室综合征是SAP的严重并发症，与高死亡率相关。在ICU中，一般通过测量膀胱压力监测腹内压，正常值应 $< 12$  mmHg。如果腹内压持续升高至 $\geq 12$  mmHg，应积极寻找原因并采取

相应措施，如消化道吸引、腹腔积液引流、限制液体负荷等。当腹内压 $> 20$  mmHg并伴有新发器官衰竭时，分析是否是神经肌肉阻滞或外科减压。

## 重症急性胰腺炎并发症的处理

**感染性坏死的处理** 感染性坏死的诊断需依靠增强CT扫描，坏死组织内出现气体是感染的特异性表现。一旦确诊，应尽早进行介入治疗或手术清创。介入治疗包括超声或CT引导下的脓肿引流，其创伤小，效果显著。对于坏死组织广泛、脓肿难以引流的患者，需要通过手术清除坏死组织。通常在患者病情稳定后2~3周进行手术治疗，过早手术可能导致高并发症风险。

**呼吸衰竭的处理** SAP患者常因炎症介质的释放导致肺部损伤，出现呼吸衰竭。在ICU中，应给予氧疗，必要时使用机械通气支持。机械通气时，采用低潮气量、高呼气末正压通气模式，减少肺损伤。积极纠正休克，维持循环稳定，减轻肺水肿。

**肾功能衰竭的处理** 肾功能衰竭是SAP的常见并发症之一，处理时需根据肾功能损伤的程度而定。对于轻度肾功能不全的患者，通过调整液体复苏的速度来维持肾脏灌注。如果患者出现急性肾损伤，需及时进行血液净化治疗，如连续性肾脏替代治疗，这种方法不仅能清除体内的毒素和多余的液体，还能调节电解质和酸碱平衡。

**其他并发症的处理** SAP患者还可能出现其他并发症，如心力衰竭、消化道出血等。心力衰竭患者需使用利尿剂减轻水肿，给予正性肌力药物维持心功能；消化道出血患者则需使用抑酸药物、止血药物，并根据出血的严重程度采取相应的内镜或介入治疗。

综上所述，SAP患者的ICU治疗和管理的关键在于多种并发症的防范和有效处理，通过早期液体复苏以及营养支持等措施的应用能够防范并发症的发生，对于感染性坏死和呼吸衰竭等并发症进行及时处理，能够减少死亡率，改善患者愈后，促进患者身体健康恢复。

## 别吃太撑！胰腺炎可能就因为一顿饭

▲ 和祐医院 蒋本华

胰腺炎，一种因胰腺炎症引发的疾病，虽不如感冒发烧常见，却像一颗隐匿的“健康炸弹”，一旦被触发，危害极大。

火锅烧烤、甜品奶茶……面对美食诱惑，很多人常忍不住大快朵颐。但你知道吗？一次暴饮暴食，就可能让胰腺“崩溃”，引发危及生命的急性胰腺炎，给健康带来巨大隐患。急性胰腺炎，这个因“吃”而起的疾病，正在悄悄威胁着我们的健康。

## 胰腺炎——被忽视的健康隐患

胰腺炎主要分为急性和慢性两种。

急性胰腺炎发病迅猛，常由暴饮暴食、过量饮酒、胆结石等诱发。聚餐时短时间摄入大量高脂、高蛋白食物，会刺激胰腺大量分泌胰液，同时致使十二指肠乳头水肿、Oddi括约肌痉挛，阻碍胰液排出。被困在胰腺内的胰酶原提前激活，对胰腺发起“自我攻击”，引发炎症。此时，原本“温顺”的胰酶会提前被激活，开始“消化”胰腺自身组织，引发炎症反应，这就是急性胰腺炎的发病过程。

慢性胰腺炎起病隐匿，多由长期酗酒、胆道疾病、遗传等因素导致。症状常表现为反复发作的上腹痛，疼痛程度不一，还会因饮酒、饱食诱发。随着病情发展，胰腺外分泌功能受损，出现消化不良、腹泻等症状；内分泌功能受影响，可能引发糖尿病。

急性胰腺炎发作时，患者会突然出现剧烈腹痛，疼痛多位于上腹部，呈持续性，可向腰背部放射，程度轻重不一，轻者腹痛尚能忍受，重者疼痛剧烈，常伴有恶心、呕吐，呕吐后腹痛多不缓解。此外，还可能

出现腹胀、发热等症状。如果病情进一步发展，胰腺组织坏死、感染，会引发休克、

多器官功能衰竭等严重并发症，甚至危及生命。据统计，重症急性胰腺炎的死亡率可高达30%~50%。

生活中，一些人群更容易因吃太饱诱发急性胰腺炎，比如肥胖人群、胆结石患者、长期酗酒者、有胰腺炎家族史者，以及患有高脂血症、长期服用特定药物的人，都是胰腺炎的高危人群。

因此，在日常生活中，我们应注意管住嘴：保持规律饮食，每餐七八分饱；少吃油炸食品、动物内脏等高脂肪食物；严格限酒，最好滴酒不沾；患有基础疾病的人则要积极治疗、定期体检。

## 如何预防胰腺炎

预防胰腺炎的关键在于养成良好生活习惯。饮食上，需定时定量，每餐七八分饱，避免暴饮暴食，减少油炸食品、动物内脏等高脂肪食物摄入，多吃新鲜蔬果与富含膳食纤维的食物，均衡营养。同时，严格控制饮酒，最好不饮酒，若饮酒也应少量，切忌空腹或过量饮酒，降低酒精对胰腺的刺激与损伤。

需要注意的是，患有胆结石、高脂血症等基础疾病的人群，要积极配合治疗，定期复查，控制病情发展，降低因疾病引发胰腺炎的风险。此外，保持适当运动，维持健康体重，也有助于增强身体代谢能力，减轻胰腺负担。通过科学饮食、健康生活，可有效预防胰腺炎，守护胰腺健康。

一顿饭的放纵，可能换来的是一场痛苦的疾病。为了胰腺的健康，为了身体的安康，请记住：吃饭莫贪多，健康才是福。享受美食诚可贵，健康更应放心间。让我们从每一顿饭做起，拒绝暴饮暴食，坚持科学饮食，远离急性胰腺炎的威胁，享受健康美好的生活。

## 基孔肯雅热的防治

▲ 广州市荔湾区花地街道社区卫生服务中心 何思

基孔肯雅热是由基孔肯雅病毒引起的一种传染病，主要通过伊蚊（俗称花斑蚊或花蚊子）叮咬传播，其中白纹伊蚊和埃及伊蚊是本病的主要传播媒介。该病主要在夏秋季流行，发病季节与当地的媒介伊蚊季节消长有关。在某些地区基孔肯雅热一年四季均可发病，如热带和亚热带地区。为了帮助更多人了解并预防基孔肯雅热，本文将从病因、症状等方面进行科普。

## 基孔肯雅热的病因

一般来说，伊蚊在叮咬病毒血症期的人或动物后，基孔肯雅病毒在蚊体内繁殖并到达唾液腺内增殖，经2~10d的外潜伏期后，随着再次吸血，将病毒传播给易感者。部分易感者感染病毒后经1~12d，通常3~7d的潜伏期，表现出症状。发热、关节痛、皮疹是本病的典型临床表现。病毒不耐酸、不耐热，56℃ 30 min即可灭活，70%乙醇、过氧乙酸等消毒剂及紫外线照射均可杀灭病毒。

## 基孔肯雅热的症状

基孔肯雅热的潜伏期为1~12d，通常3~7d，症状包括：

**发热** 急起高热，体温可达39℃以上，一般发热1~7d。

**关节疼痛** 多发生在手腕和踝趾等小关节，也可涉及膝和肩等大关节，腕关节受压引起剧烈疼痛是本病的重要特征。通常1~3周缓解。部分患者关节疼痛可持续数月。

**皮疹** 发病后2~5d出现，主要分布在躯干、四肢、手掌和足底，为红色斑丘疹或紫癜，数天后消退。

**其他症状** 患者还可能出现头痛、纳差、腹痛、畏光、结膜充血或出血等症状。

如果出现了基孔肯雅热的症状，应该及时就医，并且遵守医生的治疗方案。此外，

为了避免传染，可以采取以下预防措施：穿着长袖衣服和长裤、住所安装防蚊网、外露皮肤擦涂驱蚊剂等。

## 基孔肯雅热的预防措施

基孔肯雅热的预防措施主要包括以下几点。

**环境防控** 清除蚊虫孳生地。彻底清理积水，伊蚊依赖积水繁殖，需每周检查并清除房前屋后、室内外的积水容器，如花盆托盘、废旧轮胎、水桶、瓶罐等。对无法清空的景观池或储水容器，可投放灭蚊幼虫药剂（如苏云金杆菌）或严密加盖。改善环境卫生，如疏通沟渠、地漏，填平洼地，保持排水畅通；及时清理垃圾和杂草，减少蚊虫隐蔽场所。农村地区需加强畜禽圈舍的卫生管理，定期消毒灭蚊。

**个人防护** 避免蚊虫叮咬。物理防护：在伊蚊活跃时段（清晨和傍晚）减少户外活动，外出时穿浅色长袖衣服和长裤，减少皮肤暴露。居家安装纱门纱窗，睡眠时使用蚊帐（尤其保护婴幼儿、孕妇和老人）。化学防护：使用含避蚊胺（DEET）、派卡瑞丁或驱蚊酯的驱蚊剂，喷涂于暴露皮肤和衣物，并按说明补涂。室内可辅助使用电蚊拍、蚊香或灭蚊灯。

**社区与医疗协同** 社区共治：配合政府组织的统一灭蚊行动，邻里互相监督环境清理。健康监测与就医：从流行地区（如东南亚、非洲）返回后12d内监测症状，若出现突发高热、关节剧痛或皮疹，立即就医并告知旅居史。目前治疗以对症为主（如退烧药、止痛药），无特效抗病毒药物，早诊断可减少并发症风险。

基孔肯雅热主要在国外流行，东南亚各国的疫情对我国的威胁较大。为了保护自己和身边人的健康，每个人都应该积极做好防护，清除蚊虫孳生地，防蚊灭蚊，共建美好家园。