

孕妇患胆囊炎怎么办？

▲ 郑州人民医院妇产科 陶震

女性妊娠后机体血液和胆汁内胆固醇增高，且胆囊实际排空速度放缓，胆汁内胆固醇与胆盐实际占比产生较大的变化，胆固醇沉积产生结石，易诱发胆囊炎。妊娠合并胆囊炎可发生于妊娠各期，以妊娠晚期和产褥期较为多见，其治疗难度较大，复发率较高，下面将对其进行详细分析。

孕妇胆囊炎的表现

胆囊炎多为慢性起病，也可由急性胆囊炎反复发作，并无特殊的临床表现，孕妇作为胆囊炎常见群体，主要因孕妇进食多为脂肪或蛋白质含量较高的食物，如鸡蛋、肉类等营养丰富的物质，增加胆囊炎发作的风险。孕妇发生胆囊炎实际表现包含以下几方面：

疼痛 疼痛作为最为主要的症状，疼痛以上腹部剑突为主，持续性表现较轻，后续疼痛加剧，最终转至右上腹部，为持续性阵发性加重，其中 1/2 患者伴随右肩背部或右腰部疼痛，若同时伴有胆石症，则疼痛程度更重，阵发更为显著，若疼痛更让人紧张，

呼吸不同程度被抑制，表现为浅和快。

恶心、呕吐 其中约 1/2-1/3 的患者会不同程度产生呕吐，试验数据表明，单一性胆囊扩张不会造成呕吐现象，而胆总管扩张患者易发生呕吐，若患者实际症状表现较为严重，应综合性考量是否存在胆囊管或胆总管结石。

发热 患者多会产生低热现象，一般控制在 38-39oC, 高热的产生和炎症的严重相关，寒冷和高热状况较为少见，若产生状况则表明并发胆管炎或上升性肝炎炎。

孕妇患胆囊炎治疗方法

妊娠胆囊炎治疗基本原则是保守治疗为主，合理控制饮食，缓解患者实际表现给予抗生素预防感染，及时消除并发症，必要状况下进行手术治疗，主要包含以下几方面：

保守治疗 针对并无整张的妊娠期胆囊炎患者，无需进行特殊性治疗，注意相应的饮食，从饮食控制、对症治疗等方面着手，包含以下几方面：

（1）控制饮食。病情严重的患者应禁食，病情轻缓的患者实际表现发作期，应禁止脂肪饮食，若处于缓解期可适当给予高糖低脂肪、低胆固醇饮食，适当补充相应的体液，及时补充维生素，纠正水、电解质失调。

（2）对症治疗。可用于解痉止痛剂如阿托品或哌替啶肌注，美沙酮、哌咪美辛等。孕妇症状缓解期可适合服利胆药去氢胆酸、熊去氧胆酸等，可促使 Oddi 括约肌松弛促进胆囊排空。

（3）抗感染治疗。应积极选取广谱抗生素头孢菌素类在胆汁中浓度较血液中高 4-12 倍，且对胎儿并无不利干扰，应将其作为首选治疗方法，其中头孢哌酮在胆汁中的浓度是血液浓度的 100 倍是治疗严重胆道感染的有效抗生素。

手术治疗 针对结石性胆囊炎，外科治疗建议首选胆囊切除，妊娠期胆囊炎如反复发生，通过上述保守治疗仍无效，患者病情仍呈现为发展，或产生严重的合并症，如胆囊坏死、穿孔、腹膜炎等，均应结合患者实际状况进行手术治疗，不应拖延手术治疗时

关注早期胃肠道肿瘤

▲ 民权县人民医院肿瘤科 王娅

胃肠道肿瘤是一种比较常见的恶性肿瘤之一,并且在中老年人群中发病率比较高，在胃肠道肿瘤早期时，其症状并不明显，因此往往容易被人们忽视。因此，随着胃肠道肿瘤的发病率不断上升，大众需了解胃肠道肿瘤的相关知识，了解胃肠道肿瘤的症状表现及如何预防才能保证自身的健康。

胃肠道的功能 胃部有容纳食物、消化、分泌、排空以及防御等功能。胃粘膜细胞分泌出胃液来初步消化食物，同时小肠再将死物中存在的营养进行吸收，过滤掉多余的物质，并且小肠的表面有着细密的绒毛,可让食物中的营养被充分的吸收，同时还能促使肠道的蠕动，以免食物堆积在胃里。然后大肠可以对食物残渣进行处理，将小肠所吸收的营养食物残渣进入到大肠后，再将多余的物质进行处理，其主要可以吸收食物中的水分，然后将食物残渣形成粪便排出。

胃肠道肿瘤症状表现 胃肠道肿瘤在早期的时候症状并不明显，但是随着病情的发展，就会出现上腹部的一些不适感，例如恶心、反酸、隐痛等，如果不引起重视尽早治疗的话，就会出现消化道出血、梗阻，消化道出血具体表现为黑血、呕血、腹泻等，而梗阻则是出现恶心、呕吐等。其次，小肠肿瘤的症状主要表现为腹痛，并且可能会有肠梗阻或出血等表现，大肠肿瘤一般是大便次数变多，并且伴有包块以及梗阻等症状。

导致胃肠道肿瘤因素 引起胃肠道肿瘤的原因有很多而且比较复杂，在目前主要导致胃肠道肿瘤的具体因素有以下几点：

（1）先天性遗传因素，有腺瘤性息肉病、非息肉性结肠癌家族史的人群要比普通人更有可能患胃肠道肿瘤。

（2）饮食因素，长期食用高盐、高脂、低纤维食物；腌制食品、熏烤食品；辛辣刺激食物会对人们胃肠道产生强烈刺激，且一些含有硝酸盐的食物会转变为致癌物亚硝酸铵，加之食用新鲜果蔬较少，饮食不合理会导致患胃肠道肿瘤风险增加。还

间。一般状况下建议选择妊娠中期手术，该阶段流产率最低，以免对孕妇和胎儿产生不利影响，临近预产期最佳等到产后再行手术治疗，手术后应给予保胎治疗。

如何远离孕期胆囊炎

孕期胆囊炎的预防十分关键，应积极结合实际状况，从日常生活做起，包含三方面内容：（1）适当活动，提高全身代谢能力，尤其脑力劳动者长期久坐不动，更需有意识做体力劳动，以免过度肥胖；（2）讲究饮食卫生，严禁暴饮暴食，适当减少带有脂肪的食物，由于脂肪含量较高的食物，会反射性促使胆囊收缩,收缩过于强烈便会引发胆绞痛急性发作；（3）秋凉后应及时做好保暖，特别是入睡应及时盖好被，以免腹部受凉，由于肚子受凉后会刺激迷走神经，胆囊强烈收缩。

综上所述，近年来胆囊炎发病率较高，特别是孕妇群体，应结合实际状况，选取合理的治疗方法，积极配合医生治疗，从饮食等方面进行控制，保证母体和胎儿健康。

有受到环境因素的影响，如长期处于汽车尾气、工业废气、雾霾、废水、含有重金属废渣等较差的环境中，就很有可能会导致胃肠道肿瘤。另外在生活中有很多的人有一些不健康的生活习惯,如吸烟、酗酒等，及饮食不规律，经常吃烫的食物，缺少运动等都会增加患胃肠道肿瘤的风险。

哪些人容易患胃肠道肿瘤？ 一般容易患胃癌的主要是一些长期抽烟以及经常吃一些高盐、油炸、熏烤、腌制等食物的人群，另外患有胃溃疡、萎缩性胃炎、胃息肉以及有胃癌家族史的人群，要比一般的人更容易患胃癌，而一些肠道有不适症状、有肠癌家族史、肠癌病史以及一些肠道疾病的人群则容易患肠癌，并且在中老年人群中更容易患肠癌。

胃肠道肿瘤预防 要想预防胃肠道肿瘤，首先要保持健康的饮食习惯。要按时吃饭并且避免暴饮暴食。多吃一些水果、蔬菜等，一些腌制、高盐、熏烤类的食物要尽量少吃，霉变食物不能吃。同时，要均衡营养，合理的饮食习惯可以降低发生胃肠道肿瘤的概率，有效预防胃肠道肿瘤。

其次，加强体育锻炼对于预防胃肠道肿瘤也很重要，养成运动习惯并且每天进行适量的运动，有助于增强身体素质，从而提高自身抵抗力。

再次，要定期进行体检，因为体检可及时了解身体状况，尽早发现疾病，特别是一些有胃肠道家族史及长期在特殊工作环境中的人群。

最后，如果当身体出现消化不良、腹部不适、腹胀腹痛、吞咽困难以及便血等症状,就要引起重视及时去医院进行检查，尽早发现尽早治疗有助于让治疗效果更好，以免病情恶化。

随着医疗技术的进步，胃肠道肿瘤患者也可以得到有效的治疗进而恢复健康，因此不用过于担心，需要做的就是保持良好的心态，积极配合医生的治疗，对于病情的恢复有很大的帮助。

对付口腔溃疡六招见效

▲ 虞城县人民医院口腔科 汤雁

口腔溃疡又称之为“口疮”，是发生在口腔黏膜上表浅性溃疡，其实际体积从米粒至黄豆大小、成圆形或卵圆形，溃疡最具典型的特征是周期性、复发性，多发生于唇、舌等部位。一旦发病患病部位产生较为强烈的剧痛感，不仅为患者带来较大痛苦，而且不同程度影响患者正常进食，出现口腔溃疡时需及时进行治疗和调理，从源头进行治疗。

口腔溃疡的成因

口腔溃疡可分为三种：轻型、重型、疱疹样。不同类型的表现存在较大差异性，引发口腔溃疡因素较多,主要包含以下几方面：

（1）消化系统疾病及功能紊乱，如腹胀、腹泻和便秘等状况；

（2）内分泌变化，部分女性多处于月经期发生，可能与体内雌激素实际量下降相关；

（3)精神因素,部分患者处于精神紧张、情绪波动、睡眠状况不佳等状况下易发病，可能与植物神经功能失去均衡性相关；

（4）遗传因素，若父母双方均患有反复性口腔溃疡，子女患病率高达 80% ～ 90%，若双亲之一患病，子女患病为 50% ～ 60%。

（5）其他因素，若患者机体内缺乏微量元素,如锌、铁、叶酸等,可降低机体免疫功能，显著增加复发性口腔溃疡发病的风险。

口腔溃疡治疗处理方法

反复发作是口腔溃疡最为凸显的特征，其治疗处理应结合实际状况，保证获取较佳的治疗成效，一般包含以下几方面处理内容：

（1）调整饮食。针对出现口腔溃疡的群体而言，应及时做好饮食优化调整，严禁食用辛辣刺激的食物，以免导致身体产生严重的上火，刺激溃疡，加剧患者疼痛感。过于油腻及高盐、高糖分的食物也不要食用，此类食物不同程度影响消化、代谢和排毒作用，加剧口腔溃疡的症状。饮食应多食用较为软烂的食物，如汤粥类，但需注意不能过烫，避免口腔溃疡面产生严重的刺激，引发剧烈的疼痛感。适量食用部分新鲜的蔬果，

且处于医生指导下适当补充维生素 B 和维生素 C，促使口腔溃疡短周期内愈合。

（2）局部用药。患有口腔溃疡时，患者患病部位疼痛感较为强烈，若此类痛感较为严重，患者需短周期内前往医院，处于医生指导下合理应用药物治疗。正常状况下，可选取局部用药，如苄达明喷雾剂、苯佐卡因凝胶，此类药物具有较佳的止痛作用。涂抹两次药物后，可快速实现止痛，同时选用部分消炎和促进口腔溃疡愈合的药物，如西地碘片，或者是口腔溃疡散、西瓜霜等，若口腔溃疡合并发生细菌感染，需适当应用部分抗生素，如头孢或者是硝基米唑类；若合并感染念珠菌等真菌状况下，应适当选用制霉菌素、伊曲康唑等药物进行治疗，以免患者症状加剧。

（3）优化调整生活方式。除饮食需进行调整，患者应积极做好生活各方面的调整，禁止熬夜，以免引发肝火、心火旺盛，加剧口腔溃疡。应缓解和释放自身压力，避免过度劳累，注意保持心情愉悦，减少不良情绪。

（4）做好口腔卫生。不可因为口腔溃疡疼痛就不刷牙和漱口，此类行为易引发口腔细菌滋生，加剧疾病。刷牙时应注重牙刷和牙膏的选择，不要选择刺激性较大的牙膏，以及过硬的牙刷，注意漱口水和刷牙水温度，以免刺激溃疡面加剧实际疼痛感。

（5）利用姜水、浓茶进行漱口。口腔溃疡选用热姜水进行漱口，每天 2 ～ 3 次，一般 6 ～ 9 次溃疡面可收敛；茶叶中含有多种维生素，可用于防治各类炎症，对口腔溃疡的治疗和康复具有促进作用，建议选取浓茶漱口。

（6）维生素 C 片，将维生素 C 药品压成面状，涂抹至患处，一两次便可见效，也可将维生素 C 研成粉末，若针对小面积溃疡涂抹于患处即可，若面积较大可轻微将溃疡面渗出物刮出，随后敷药粉，每天用药 2 ～ 3 次，溃疡小者选用 1 ～ 2 次即可痊愈。

口腔溃疡是一种口腔黏膜损伤性疾病，也可能是全身性疾病表现在口腔，临床上应积极结合患者实际状况，选取合理的治疗处理方法，缓解患者疼痛感，促使口腔溃疡短时间内愈合。