

肝病患者为啥胆囊总出毛病？

▲ 河南科技大学第一附属医院 祁冉

肝胆主要位于人体右上腹部，属于腹膜内器官，具有生物转化和解毒的功能，对调节人体新陈代谢具有重要意义。人体内的肝胆关系是非常密切的，从古代的词语当中也能了解到两者的关系，如肝胆相照，侠肝义胆等。如果人们的身体比较健康，而侠肝义胆的涵义则是一荣俱荣。而如果是在疾病的状态下，这就会表现为一伤俱伤，肝胆同病。因此患有肝病的患者，胆囊也会出现毛病。因为肝脏的下方就是胆囊的位置，肝脏和胆囊是紧密相存的。相关研究表明，患有肝病的患者，患胆囊疾病的概率为88%，胆囊疾病中包括胆囊炎症，胆结石，胆泥淤积，胆囊息肉，胆囊水肿等。那患有肝病的患者为什么胆囊会出毛病？

出现胆囊炎的相关症状

急性胆囊炎 当患有急性胆囊炎时，会出现右上腹痛，恶心呕吐的症状。而疼痛的感觉会向全身扩散，肩膀以及背也会感受到

相应的疼痛，严重时会出现十二指肠内食物的反流。

右肾结石 作为诊断急性胆囊炎的方法之一，患有左肾结石的患者很少发热，但会有腰背疼痛的症状，在肾脏区也会出现拍打的疼痛，这时就需要对腹部做x线检查看是否出现阳性结石。

慢性胆囊炎 出现慢性胆囊炎的原因是由于急性或亚急性的胆囊炎经常反复的发作，慢性胆囊炎会有长期左上腹痛，餐后上腹饱胀的特点。

其他症状 除疼痛以外，还有发热，呕吐，恶心，出现寒冷的现象。

肝胆之间的关系

因为肝脏的下方是胆囊的位置，肝脏和胆囊之间存在一根管子，而肠道和胆囊之间也存在一根管子，肝脏所产生的胆汁可在胆囊中进行停留。除了血管和胆管，肝脏里包围着所有的肝细胞。胆管的作用就是将胆

汁不断的送到胆囊里进行储藏。人在进食之后，胆囊会接受到神经刺激和肠道的蠕动发出的信号，这时胆囊会将胆汁运送到肠道中去消化食物。因此，胆囊就是胆汁的容器和中转站。

肝病患者伴有胆囊炎的原因

急性肺炎 若体内的肝脏出现了病变，则相应的胆汁成分也会发生改变，胆汁会变得黏稠，自身的胆盐浓度也会增加，排泄速度会减慢，胆汁在胆管的存留时间变长，抑制肠道细菌的作用降低，细菌会进入到胆道引起感染。

而如果患有急性肝炎，则患者体内的胆囊壁会出现粘稠，水肿的改变，而胆囊会100%发生这样的改变。因为急性肝炎的胆囊发生了变化，是因为肝胆毛细血管壁受到了损伤，这时肝脏所产的胆汁不能够进入到胆管，同样胆管壁受到了损害，这就是产生的胆汁的水分会渗到胆管外，造成胆汁出现

浓缩粘稠的现象，而胆汁的流动速度变慢，胆囊内出现炎症并且细胞逆行也可引起囊壁粘连的症状。

乙肝 患有乙肝的患者，由于乙肝病毒抗原抗体复合物在胆管毛细血管内皮基底膜的沉着，确实会引起免疫力的损害。而乙肝病毒会在胆管的胆囊细胞内进行繁殖生存，由于病毒的侵入，胆囊的正常功能也会受到影响。

非酒精性脂肪肝 由于代谢功能的减慢，从而影响到肝胆系统出现脂肪肝和胆石症的症状发生。脂肪肝和胆石症通常是一起存在的，二者会受到肥胖，糖尿病，高脂血症，不良的生活习惯，作息以及不良的饮食习惯等因素的影响。

非酒精性肝硬化 作为胆结石发生的危险因素之一，就是肝硬化的严重程度。有关研究表明，肝硬化的患者比无肝硬化的患者在胆囊结石发病的概率上更高，对自身肝功能的损伤也很大，胆结石也有很高的发病率。

卵巢癌晚期怎么吃？

▲ 宁陵县人民医院 蒋丽娜

卵巢癌是指发生在女性卵巢的恶性肿瘤疾病，是女性常见的生殖器官疾病，原发于输卵管和腹膜，临床特征和治疗模式与卵巢癌相似，所以统称为卵巢癌。

卵巢癌的组织类型多样，主要来源于上皮组织，在女性恶性肿瘤疾病中位居第三。

卵巢癌在任何年龄段女性中均有可能发病，其中卵巢上皮癌最为常见，恶性生殖细胞肿瘤则位居其后。

卵巢无论是胚胎发育、组织解剖都是比较复杂的功能，卵巢癌起病通常比较隐匿，早期大多不明显，难以发觉，发病原因目前尚不明确。

卵巢癌的发病死亡率也非常高，激素、遗传等因素都可能与该疾病发病有关。对于卵巢癌主要是早期发现以及预防，一旦检查发现超过6CM的卵巢肿瘤，无论性质如何应马上进行手术切除。

卵巢癌疾病有腹部或盆腔疼痛不适、腹胀、背痛、月经不调、性交疼痛以及绝经后阴道出血等症状表现。

卵巢癌晚期患者现状

卵巢癌晚期时，患者可能已经进行了靶向药物治疗与放化疗，随着疾病的扩散，此时癌细胞可能已经入侵到两侧卵巢；

同时伴有远处转移，会产生大量腹腔积液使患者出现明显的腹胀症状，同时由于过度消耗，患者会处于明显消瘦、贫血，极度虚弱的状态。

还有患者脾胃功能会明显减弱，若进食不当，如摄入质地坚硬或脂肪含量高的食物，会进一步加重脾胃负担如此饮食不佳将会进一步影响患者的身体状态。

那么对于卵巢癌晚期患者该怎么吃呢？

卵巢癌晚期饮食注意事项

到了卵巢癌晚期就表明患者病情是持续性加重并且面临死亡威胁，此时患者饮食应以清淡易消化、高蛋白、高热量、高维生素和低脂肪食物为主，这类食物不会

增加胃肠负担，并且更好吸收。

而高维生素与高蛋白饮食则能确保患者在进食不多的情况下尽可能摄入更多营养物质维持机体活动，适当补充蛋白质，这对患者来说是非常重要的，通常情况下应多吃牛奶与鸡蛋。

避免食用厚味肥甘的食物，发生卵巢癌之后，应注重饮食，尤其是已经进行手术的患者，应剔除食谱中高油脂的食物，以补充蛋白质与维持清淡饮食为主。应将鸡肉、鱼肉、瘦肉、黑芝麻、桑葚与石榴等有利于滋补与易消化的食物加入饮食清单，同时蛋类、粗粮以及豆类都应适当摄入，形成多样化的饮食习惯，最好不要挑食或偏食，坚持少食多餐的原则摄入食物，避免暴饮暴食，通过多样化饮食来促进免疫力的提升。并注意新鲜蔬菜与水果的补充。

卵巢癌晚期时病情已经较为严重，应该配合保守疗法治疗，在此期间除了坚持上述饮食原则以外，还需要适度补充蔬果；如胡萝卜、白菜、油麦菜、青椒以及芹菜等蔬菜；橙子、石榴、梨、柚子和香蕉等水果，通常生活中常见的蔬果都可以食用，但注意应适量，以免加重肠胃负担，得不偿失。

合理安排三餐时间，这同样非常重要。若化疗后需要将用药与用餐时间间隔延长，从而尽可能减少药物反应，早餐时间尽量在6点前进行，而晚餐时间则选择7点后。饮食中应避免刺激性食物，芥末、胡椒等刺激性调味品也应避免摄入。

化疗后，患者可以适度多吃水果，如果出现恶心症状，可食用清凉水果或饮用果汁。

上文为大家介绍了卵巢癌晚期饮食相关知识，在此温馨提示：卵巢癌晚期除了注意饮食，补充机体所需营养以外，还需要主动配合治疗，进行心理调整，卵巢癌到了晚期，也不要太消极，保持积极的心态是主要的。家人朋友也应给予更多关心，多与患者沟通，给予心理支持与精神鼓励，帮助其稳定情绪，缓解心理压力。

慎防子宫内膜息肉癌变

▲ 信阳市人民医院 宗艳

息肉，是指人体组织表面长出的赘生物，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，而子宫内膜息肉这种常见妇科疾病则是子宫内膜局部过度生长而形成的突入宫腔内的赘生物，也被叫做子宫息肉，息肉直径可从数毫米到数厘米不等，有单发、多发。

子宫内膜息肉疾病会导致患者出现月经量增加、经期延长、阴道不规则流血或滴漏等情况，患者子宫内息肉过多或者过大还会影响自身受孕。该疾病的发病率在7.8%～34%之间，各个年龄段均可发病，好发于育龄期、绝经期女性，大多为良性病变，但也存在恶变风险，并且恶变概率会随着年龄、体重指数的增加而升高。

子宫内膜息肉恶变高危因素

子宫内膜息肉虽是一种良性病变，但也存在恶变风险，其中绝经后阴道流血的患者子宫内膜息肉患者恶变风险较大。该疾病恶变可表现为子宫内膜癌或者不典型增生，多数情况病灶局限在宫腔息肉腺体。根据相关数据统计，子宫内膜息肉恶变率在0.8%—4.8%之间。虽然恶变概率不高，但还是存在风险，对此应谨慎对待。子宫内膜息肉恶变高危因素包括：

年龄 随着年龄的增加子宫内膜息肉恶变概率也会有所增加，65岁以上的患者恶变风险更高。同育龄期人群相较，老年人群无论是该疾病发病率还是恶变率都更高，这与内分泌激素水平波动有密切关系。

息肉大小 息肉大小是子宫内膜息肉恶变的高危因素，相关研究发现，息肉直径≥1.5cm的绝经后患者恶变风险是较小息肉患者的3.6倍，息肉个数≥3的患者恶变风险也较单发性息肉患者高出许多。

肥胖 有文献报道BMI在25以上的子宫内膜患者恶变风险较高，并且肥胖程度与息肉大小成正相关。同时肥胖也是子宫内膜癌发病有一定相关性。

异常子宫出血 异常子宫出血的围绝

经期女性合并子宫内膜息肉概率在10%-40%之间。上文提到过伴有阴道出血的绝经患者恶变风险较高。

多囊卵巢综合征 多囊卵巢综合征所致的高胰岛素血症、高类固醇激素（甾体激素）与雄激素水平以及肥胖等会使得雌激素持续分泌，这可能是子宫内膜息肉发生及其恶变的机制。

系统性高血压与糖尿病 有学者研究发现，系统性高血压与糖尿病是增加子宫内膜息肉恶变风险的高危因素，具体来说，长期服用降压药如ARB与ACEI类药物可能与子宫内膜息肉发生、恶变存在一定关联性；而糖尿病患者大多合并肥胖以及多囊卵巢综合征等引发恶变的高危因素。

长期服用他莫昔芬 长期服用他莫昔芬是子宫内膜息肉的诱发因素之一，其发病率高达30%以上。而子宫内膜息肉是该因素引发的绝经期女性子宫内膜病变中最常见的一种，并且恶变率在3.0%～10.7%之间不容忽视。

子宫内膜息肉多数为良性病变，但仍存在一定的癌变风险，而年龄、肥胖、息肉大小、多囊卵巢综合征、系统性高血压与糖尿病、异常子宫出血以及长期服用他莫替芬都是引发子宫内膜息肉恶变的高危因素。一旦发现子宫内膜息肉应及时治疗，注意控制高危因素，尽可能降低疾病影响，降低恶变风险。

预防措施

日常用品应选择正规渠道的产品，避免选用含有激素的化妆品、食品、药品以及保健品，减少子宫内膜息肉的发生。

注意个人卫生。经常换洗贴身衣物，保持身体清洁，定期体检，做好预防。同时养成良好的生活习惯，作息规律，饮食均衡营养。

一旦发现疾病应及时经正规途径治疗，同时对于宫颈糜烂、阴道炎积极防治，减少炎症对子宫的刺激，在医生指导下积极治疗高血压、糖尿病等疾病，降低恶变风险。