

腹泻患者扎堆 辨清病因再下药

安全饮食仍为防腹泻首要措施

本刊记者 杨林

随着岛城天气持续高温,腹泻患者挤满了各大医院。记者从岛城医院了解到,有的医院单日甚至可以接诊100名腹泻患者。医生提醒,腹泻病因需清楚后再对症下药,部分腹泻服用抗生素并不起作用,防腹泻最重要的仍然是注意饮食。

岛城医院现腹泻高峰

身体疲劳情况下饮食不当、天气炎热贪凉……随着岛城“秋老虎”天气的持续,岛城各大医院都出现了腹泻患者的接诊高峰。

“从腹泻门诊5月1日开诊以来,一直维持每天100余人的接诊量。”青岛市海慈医院腹泻门诊主任侯加平说,这一轮腹泻高峰的一个显著

特点就是很多患者不顾身体疲劳的情况,在饮食上仍然不加节制。曾经有一位30岁左右的病人,连续加班三天以后,又和同事去啤酒城喝凉扎啤、吃烧烤,这些饮食已经超出了患者疲劳身体的承受能力,当天半夜就因为急性腹泻被家人送到了医院。目前接诊的患者中还有因为

频繁进食冷饮而患上了腹泻,再就是来青岛旅游的游客在旅途疲劳的情况下又吃了街边的不洁饮食而出现腹泻被送到了医院。

记者同时从青岛市第三人民医院了解到,该院7月份已经接诊了500多名腹泻患者,8月份到目前為止的统计已经接近7月份的水平。

不同腹泻治病原因需分清

“腹泻是很多疾病的一个共同表现特征。”青岛市第三人民医院肠道门诊主任陶振宇说,腹泻的同时如果伴有呕吐、发热、腹痛等症状,就预示着可能是得了急性感染。如果出现贫血、血便等症状,则要警惕肠道出现了类似肠癌的严重病变。

“常见腹泻都是因为细菌感染引起的。”陶振宇称,食物如果被大肠杆菌、沙门菌、志贺氏菌等

细菌污染,人们又进食了这些被污染食物的话,就会发生肠炎或菌痢,会出现不同程度的腹痛、腹泻、呕吐、发热等症状。此外,病毒性腹泻也是常见的腹泻类型,人体通过食物或其他途径感染轮状病毒、柯萨奇病毒、诺瓦克病毒后,出现腹痛、腹泻、恶心、呕吐、发热及全身不适等症状。

陶振宇特别提醒,有些腹泻是因为饮食无规律、进食过多、进

食不易消化的食物,引起的腹胀、腹泻、恶心、呕吐等消化不良的症状,这类患者大可不必过度担心。但最应该警惕的是食物中毒引起的腹泻,夏季食物容易变质,如果市民接触了被污染的水源或者进食了变质的食物,也会出现呕吐、腹泻、腹痛、发热等急性胃肠道症状。很多人在天气炎热的时候喜欢吃冷食,喝凉啤酒,也可导致胃肠功能紊乱和肠蠕动加快引起腹泻。

哪些腹泻不能吃抗生素?

青岛市第九人民医院急诊科主任李宏表示,不同腹泻用药存在差别,大部分腹泻服用抗生素类药物也起不到作用,比如病毒性腹泻:这种腹泻都属于自限性的,抗菌素不起作用,多吃也没有用。但是极易由于上吐下泻造成脱水,特别是上了年纪的人,本身再有一些基础病就容易引发心功能不全等

症状。如果年轻人出现呕吐、腹泻的情况,可以在家喝些加糖、加盐的水。

李宏主任提醒,外出旅游的游客在卫生条件不好的地方饮食卫生得不到保障,这种情况下传播的腹泻也没有必要用抗生素,因为这种腹泻很快就能自愈,只要身体别脱水,适当吃些收敛的药,有的人

抵抗力好,甚至不用吃药,几天内就会康复。如果患者被确诊为秋季食物中毒造成的腹泻,只要水电解质平衡没有出现异常,都不用吃抗生素,可以多喝水,补充电解质并避免乳制品及固体食物,旅行时避免未煮熟的蔬菜、肉类、海鲜及不洁的饮料,多喝可乐、柳橙汁等酸性饮料,有助于抵制大肠杆菌的数量。



注意饮食防腹泻

为防止肠道传染病,日常生活中的饮食习惯要特别注意,比如做饭时饭菜量最好以一次吃完为度。如果有剩菜,应立即放入冰箱,从冰箱拿出后加热10分钟以上。剩菜、剩饭即使放入冰箱,最好在下一顿时吃完,不要再隔顿或是放到第二天。“还需要特别提醒市民的是,不能一次性大量饮水,特别是冷水,这样会稀释胃酸。如果没有经过胃液

的消毒,细菌很容易就蒙混过关,导致我们的肠胃功能紊乱,从而致病。”侯加平主任说。

在吃瓜果等生冷食物时,应使用流动水冲洗,街头摊点或卫生条件较差的小餐馆,在感染性腹泻的高发季节最好不要去用餐。出现了腹泻,最主要的是要补水,“可以自己喝一些淡盐水,或者服用一些益生菌类的药物,或者是思密达等胃黏膜保护剂。”

三医神经内科介入治疗脑梗塞

专家告诉你如何预知脑血栓

本刊记者 杨林 通讯员 马成亮 郭娟娟

最近,家人将突发行走困难的张先生送到了青岛市第三人民医院,经检查张先生竟然患上了脑血栓。三医神经内科专家提醒:脑血栓发病前有视觉异常、感觉障碍、运动障碍、言语障碍等症状,市民可提前预判。三医神经内科可为脑血栓患者提供不同的手术选择。



神经内科李克波主任介绍介入治疗脑梗塞手术。

突发行走困难 一查竟是脑梗塞

市民张先生今年68岁,前段时间他的一些反常现象引起了家人的注意:张先生在自己行走时不仅出现了困难,而且和别人说话的时候总是说不清楚。家人赶忙将张先生送往了青岛市第三人民医院。

接诊张先生的神经内科主任

李克波在住院期间对张先生进行了颈部彩色多普勒检查,检查发现张先生左侧颈内动脉起始部有重度狭窄。进一步进行全脑血管造影后,证实张先生左侧颈内动脉狭窄大于80%。李克波主任会同王宝林副主任医师以及介入科刘静才主任对张先生的血管狭窄部

位球囊进行了扩张支架植入手术。堵塞的血管开通以后,避免了张先生可能出现血管闭塞后导致大面积脑梗塞,严重偏瘫甚至植物人的状况。目前张先生术后恢复良好,出院的时候已经能够言语流利地和家人说话,行动也能自理了。

神经内科治疗脑梗塞手段丰富

“脑中风的高致残率,使病人生活质量受到严重影响,为社会、家庭及个人带来严重的负担。”李克波说,脑血栓是一种高发病率、高死亡率、高致残率的疾病,发病

后往往非死即残。神经内科开展的溶栓治疗,可以极大提高脑血栓的抢救成功率,减少致残率。只要病人能在早期(3小时)及时到达医院,且无溶栓的禁忌症,有溶栓的适应

症,大部分病人可得到非常好的恢复,部分病人可在几小时内迅速恢复而几乎不留后遗症。

针对脑血管狭窄最终闭塞导致的脑血栓,李克波称,神经内科还

可以开展脑血管支架植入手术,为脑血管狭窄的病人解除后顾之忧。对于来势凶猛、发病迅速的脑出血,神经内科会通过内外结合治疗,药物配合锥颅碎吸术,对深部血肿及危重脑出血病人效果良好,使许多过去不能救治的病人重新获得了生命,部分病人重新走向了工作岗位。

脑卒中病人的术后康复至关重要,三医神经内科开展的神经康复对卒中后有一定残疾的病人提供了进一步的康复的机会,有专业的医师指导,极大地提高了病人的恢复

程度,提高了生活质量。

据了解,青岛市第三人民医院神经内科是心脑血管病防治特色专科、省级青年文明号,科内拥有经验丰富的老专家及一批年富力强的中青年专家,有一批技术熟练、热情、认真、富有朝气的护理队伍。科内有数名医师曾到北京、上海各大著名医院深造学习,多次参加国内外学术交流及技术合作,通过总结自身经验及引进国内外先进技术,在脑血管病的诊治方面,创立了一系列独到有效的方案。

如何判断自己得了脑血栓?

脑血栓发病迅猛,那么有哪些征兆预示着脑血栓将要到来呢?李克波说,脑血栓(亦称脑梗塞、脑中风、脑卒中),患病后大多会留下不同程度的残疾,或危及生命。如果出现下列症状,应考虑中风,应及时到医院神经内科诊治,避免发展成完全性卒中。

脑血栓最常见的症状是口角歪斜、偏瘫及偏身麻木。多数病人表现为偏身或单个肢体麻木、无力、动作笨拙,不协调、站立行走不稳、脚底有踩棉花感或口角向一侧歪斜、流涎、咀嚼困难。

脑血栓病人还会出现头痛、头晕、耳鸣、视物异常、言语不清,反应迟钝等表现,易

被病人忽视,有时病人会感到视力突然丧失,好像突然被烟雾遮住,几秒钟或几分钟,黑幕渐渐隐去,或事物模糊,看东西重影。有时突然出现口齿不清,舌头发硬,话语不清或不能理解别人的说话,或碰到熟人不能叫出对方的姓名,出现阅读困难、记忆障碍等。严重的病人会出现吞咽困难、完全瘫痪、大小便失禁,意识不清,危及生命。

李克波称,如果市民出现上述症状,可立即拨打青岛市第三人民医院神经内科电话84612067、84612064进行咨询,神经内科专家将为市民提供咨询。