

天热猛吃“冷”肠胃受不了

有孩子喝完冰镇饮料上吐下泻

本报泰安5月26日讯(记者刘来) 入夏以来气温不断升高,人们为解暑多选择喝冷饮、吃雪糕、喝扎啤,夜间烧烤摊的生意也火爆起来。殊不知,大量摄入类似食物,易诱发消化道疾病,尤其是急性肠胃炎。本期中空诊室,本报邀请泰山医学院附属医院消化内科副主任医师陈振华,为我们介绍夏季急性肠胃炎的预防和治疗。

近日,家住时代佳苑的李女士带着6岁的儿子乐乐(化名)出去吃烧烤,期间乐乐吵着要喝饮料,李女士给他买了瓶冰镇饮料。到了晚上9点多,乐乐突然出现上吐下泻的症状,李女士赶紧带他到泰山医学院附属医院,经检查乐乐是患上了急性肠胃炎,经过两天治疗才基本恢复。

“急性肠胃炎是夏季常见

疾病,主要是饮食不当所致。急性肠胃炎的典型症状是上吐下泻,严重的会出现脱水、酸中毒等症状,导致皮肤干燥、手脚冰凉、眼睛发花、眼窝凹陷、呼吸深长、神志不清、脉搏细弱甚至休克。”陈振华介绍说,夏天气温高,细菌容易滋生。如果摄入过多的冷饮和啤酒,肠胃受到过度刺激,很容易诱发急性肠胃炎。夏季市民喜欢夜间到路

边摊吃大排档和烧烤,但路边摊的饮食卫生很难保证。“像烧烤如果烤不熟就吃,再喝点冷饮或扎啤,也容易得急性肠胃炎。”陈振华说。

一旦得了急性肠胃炎,应该尽量卧床休息,可以口服液体以补充体液的丢失。防止脱水是最重要的环节。对严重病例,尤其是幼儿及体弱者应及时输液或口服补液,以纠正水、

电解质紊乱及酸碱平衡失调。陈振华告诉我们,补水不要一味喝白开水,最好饮用含适当盐分的电解质水溶液。在补液的同时要到正规医院就诊。

关于夏季急性肠胃炎的预防,陈振华介绍说首先要保持个人卫生,勤洗手,生、熟食物品分开放置。尽量减少冷饮摄入,路边摊的食物也少吃,勿暴饮暴食,并注意多休息。



泰山医学院附属医院消化内科副主任医师陈振华。本报记者 刘来 摄

陈振华,泰山医学院附属医院消化内科副主任医师、副教授。山东省第三届肝病专业委员会委员,泰安市消化专业委员会委员。

陈振华工作近三十年来,一直从事临床、教学、科研工作,对食管、胃、肠、肝、胆、胰、脾疾病的诊断有较深的造诣,对胃炎、消化性溃疡、溃疡性结肠炎和各种消化系统肿瘤的治疗经验丰富,对消化内科急、危、重症和疑难杂症的诊治有较高水平,对肝硬化的早期诊断和脂肪肝的防治有独特的见解。精通电子消化内镜的操作且擅长多种内镜下治疗,对消化道出血、肿瘤、息肉及消化道异物等疾病的镜下治疗疗效显著。内镜下支架置入术治疗食管贲门恶性狭窄和瘘及气囊扩张治疗贲门失弛缓症两项技术达国内领先水平,并获国家教委科技进步三等奖,舒肠丸治疗溃疡性结肠炎基础与临床研究获泰安市科技进步二等奖。发表论文30余篇,参编著作3部。

专家门诊:星期四
电话:0538-6237418(门诊) 6237419(病房)6237532(胃镜室)

坐诊专家

同样拉肚子 可能是两种病

夏季最容易发生腹泻,由于引起的病因不同,症状也会不同,治疗方法也不同。泰山医学院附属医院消化内科副主任医师陈振华提醒,夏季遇到腹泻不要凭经验自行买药止泻治疗,要判断是否有细菌感染,再行治疗。

1 腹泻有两种,别自己乱开药

腹泻是夏季常见的疾病,但有人认为是小事一桩,根本不吃药,更别提去看医生了。陈振华提醒说,如果对腹泻置之不理,很容易出现身体严重脱水、电解质紊乱等。对腹泻的治疗,首先要区分是感染性腹泻还是非感染性腹泻。

如果是细菌感染所致,可能需要服用

抗生素。如果是由于摄入高脂肪、高蛋白食物或冷饮所致,则治疗要以助消化为主,通过药物提高肠胃消化、吸收能力,减缓肠蠕动来止泻。非感染性腹泻服用抗生素不仅无效,还可能引起肠道内菌群失调,使腹泻加重。因此遇到腹泻症状应到医院接受检查,再根据情况对症治疗。

2 常吃冰镇西瓜,肠胃易“感冒”

有人认为夏季温度高导致细菌滋生,因此剩饭菜只要放在冰箱里就没事了。陈振华提醒我们,在冷藏状态下,依然会有细菌存活,因此从冰箱内拿出来的饭菜,也要加热一下再食用。在冰箱内存放食物也要生熟分开,并注意定期清理冰箱,防止细菌滋生。

炎热的夏天,从冰箱里拿出饮料,啤

酒或者西瓜享用,是很多人的选择。在这里,陈振华提醒市民,如果吃过多的冷食会导致食欲不佳、消化不良及胃肠抵抗力下降。从冰箱里拿出来的冷藏饮料和西瓜等,不宜立即食用,最好是在常温下稍微放置一段时间再食用,防止对肠胃造成过度刺激。尤其需要注意的是,孩子不应过多接触冷饮。

3 喝啤酒过量,胰腺要“抗议”

在炎热的夏季,不少市民喜欢和亲朋好友聚在一起畅饮一番。不过,此时千万要注意防止胰腺炎。陈振华介绍说,近期医院接诊的病人中,急性胰腺炎患者不少。而通过询问,这些人发病的原因都离不开暴饮暴食、高脂饮食。

陈振华提醒说,夏天大量喝啤酒会使

胰腺分泌旺盛,容易导致急性胰腺炎。还有许多人本身患有胆结石,在暴饮暴食,特别是大量喝啤酒后,也极易引发急性胰腺炎。最典型的表现就是上腹部剧烈疼痛,常伴有恶心、呕吐、腹胀、发热等症状。遇到这种情况要及时到医院就诊,切不可拖延治疗时间。

(刘来)

泰山医学院附属医院 消化内科

泰山医学院附属医院消化内科是泰安市医学重点学科、医学硕士研究生培养点。科室技术力量雄厚,有主任医师(教授)3人,副主任医师(副教授)2人,硕士研究生导师3人。

消化内科拥有先进的日本产Olympus260电子胃镜、电子十二指肠镜和电子结肠镜及图像工作站,可动态观察食管、胃、十二指肠和结肠的微细病变,及时作出明确诊断。该科还有各种内镜治疗器械20余台(套),为开展各种内镜治疗提供了优良的设备条件。

消化内镜诊断和治疗是消化内科的优势项目和特色。该科内镜直视扩张置管术治疗食管贲门吻合口狭窄和瘘,经国内专家鉴定为国内领先水平;在国内较早开展食管静脉曲张内镜下硬化剂注射术,治疗肝硬化合并上消化道出血,止血效果立杆见影;成功开展了胰胆管疾病的内镜治疗——ERCP内镜下逆行胆、胰管造影技术,不用手术可取出胆管结石,对多种梗阻性黄疸也

有很好的疗效。电凝电切和微波治疗各种消化道息肉,操作简便无手术痛苦;各种消化道异物的内镜诊断直接准确,内镜治疗手术到病除;内镜下注射化疗药物治疗消化道肿瘤取得较好疗效;钛夹和其它内镜止血方法治疗消化道出血可产生立止止血的神奇效果。通过精湛的内镜治疗技术,使许多消化系统疑难病症的治疗变得创伤轻、痛苦小、费用低、效果好,深受病人的欢迎。

消化内科对消化系统常见病、多发病的治疗积累了丰富的经验,各种肝病、慢性腹泻、慢性胃炎、消化性溃疡、消化道肿瘤的内科治疗也形成了一定优势,使病人得到高水平、低费用的治疗和优良的服务。

该科科研成果丰硕,承担并完成多项省部级科研课题,获省部级科技进步奖3项,厅局级科技进步奖4项,获国家专利12项,发表论文92篇。

电话:0538-6237418
(门诊) 6237419(病房)
6237532(胃镜室)

科室简介