

烧鸡、火锅、烧烤“炫不停” 当心急性胰腺炎“找上门” 警惕餐桌上的“健康杀手”

俗话说，每逢佳节胖三斤。元旦期间，亲朋好友相聚，难免胡吃海喝，烧鸡、火锅、烧烤“炫不停”。然而，一种疾病堪称“节日中的杀手”，那就是急性胰腺炎。所谓“祸从口入”，若是因此进了医院，就遭罪了。

据了解，元旦期间，江门各医院接诊急性胰腺炎患者较平日有所增加。那么这“节日中的杀手”到底是什么？为何被称为“杀手”？记者采访了江门市中心医院蓬江分院外科主任杨炜。

文/图 江门日报记者 梁爽
通讯员 曹昆恒



↑ 医生为急性胰腺炎患者看诊。



↑ 火锅属于高嘌呤饮食，痛风患者要注意限制食用。

聚餐后腹痛 确诊为急性胰腺炎

有人说，“急性胰腺炎不就是一个炎症，有什么可怕的。”杨炜介绍，急性胰腺炎就是一种异类，它发病时有时会十分凶险，需要立刻救治，否则可能会“人财两空”。假期期间，43岁的陈女士就不慎“中招”。她说，“聚餐后，我腹痛胸背疼痛了一天，越想越不对劲，就赶紧到医院就诊！”接诊后，江门市中心医院蓬江分院门诊为其检查，胰腺两项提示：血淀粉酶为234u/L，脂肪酶为1654u/L。急诊CT提示急性胰腺炎。

该院外科以“急性胰腺炎”收治，期间给予患者禁食、液体复苏、抑制消化液分泌等对症支持治疗。患者症状有所好转，胰腺周围渗出较之前吸收。杨炜介绍，急性胰腺炎是多种病因导致胰蛋白酶在胰腺内被激活后引起胰腺组织自身消化、水肿、出血甚至坏死的炎症反应。临床以急性上腹痛、恶心、呕吐、发热和血清淀粉酶或脂肪酶升高等为特点。病变程度轻重不等，轻者病理以胰腺水肿为主，临床多见，病情常呈自限性，愈后良好，又称为轻型急性胰腺炎。少数重症者病理为出

血坏死性，常继发感染、腹膜炎、败血症和休克等，病死率高，称为重症急性胰腺炎。陈女士的病情属于轻型。那么，急性胰腺炎有哪些典型临床表现？杨炜表示：1.腹痛是本病的主要症状。常于饱餐和饮酒后突然发作，腹痛剧烈，多位于左上腹，向左肩及左腰部放射。2.腹胀与腹痛同时存在。是腹腔神经丛受刺激产生肠麻痹的结果，早期为反射性，继发感染后则由腹膜后的炎症刺激所致。3.恶心、呕吐症状早期即可出现，常与腹痛伴发。呕吐剧烈而

频繁。呕吐物为胃十二指肠内容物，偶可呈咖啡色。呕吐后腹痛不缓解。4.急性水肿性胰腺炎时压痛一般只限于上腹部，常无明显肌紧张。急性出血坏死性胰腺炎压痛明显，并有肌紧张和反跳痛，范围较广或遍及全腹。据了解，较轻的急性水肿性胰腺炎可不发热或轻度发热。合并胆道感染常伴有寒战、高热。胰腺坏死性感染时，持续性高热为主要症状之一。若结石嵌顿或胰头肿大压迫胆总管可出现黄疸。坏死性胰腺炎病人可有脉搏加速、血压下降，乃至休克。

治疗很“麻烦” 预防却不难

59岁的杨阿姨就没那么幸运了。近日，她和亲友聚餐，大鱼大肉后，因“腹痛伴腰部疼痛半日余”入院。胰腺两项检查提示：血淀粉酶高达2050u/L，脂肪酶升为2641u/L。急诊CT提示急性胰腺炎。医生给予禁食、液体复苏、抑制消化液分泌等对症支持治疗，杨阿姨的不适症状才逐渐缓解。

什么情况容易得急性胰腺炎？杨炜介绍，急性胰腺炎有多种致病危险因素，国内以胆道疾病为主，占50%以上，胆源性胰腺炎。西方主要与过量饮酒有关，约占60%。此外，还包括暴饮暴食、十二指肠液返流、创伤因素、胰腺血液循环障碍等。胰腺炎的致病危险因素还有很多，如感染因素、药物因素以及高脂血症、高血压、妊娠有关的代谢、内分泌和遗传因素等。除上述病外，少数急性胰腺炎找不到原因，称为特发性胰腺炎。

对于急性胰腺炎治疗，则根据患者情况，进行非手术治疗（适用于急性胰腺炎全身反应期、水肿性及尚无感染的出血坏死性胰腺炎）和手术治疗（如果病情加重，应及时就医，需要根据病情由医生进一步制定手术方案，进行手术治疗）。杨炜表示，急性胰腺炎治疗起来很“麻烦”，预防起来却不难！良好规律的饮食习惯，是预防急性胰腺炎的第一要素。此外，

胆结石、胆道蛔虫症患者，一定要尽早进行干预治疗，避免胆源性胰腺炎的发生。重视体检，尤其是高脂血症、糖尿病患者及有胰腺癌家族史，必要时及早进行干预及治疗，一旦疾病发作，应及时就医，以免耽误病情，进展为重症胰腺炎，延误治疗。

★ 相关新闻

火锅配啤酒 小伙得痛风

江门日报讯（记者/梁爽 通讯员/刘雅诗 刘森）连日来，气温下降，还有什么比围炉吃一顿热气腾腾火锅更幸福的事？30岁的小李也不例外，火锅的诱惑真是让他招架不住，不仅如此，他还钟爱火锅配啤酒。酒足饭饱过后，当天夜里小李左侧脚趾出现了明显的红肿，还又热又痛，被确诊为“痛风急性发作”。

一周后小李前来复诊，左侧大脚趾红肿热痛已经缓解，医生嘱咐他现在只是治疗的开始，要完全控制痛风发作，还需要长期降尿酸治疗。“随着人们生活水平的提高，高尿酸及痛风患者数量在我国呈逐年上升趋势，像小李这种患者在内科并不少见。2023年，我们接诊最小年龄的高尿酸及痛风患者不到19岁。”江门市五邑中医院肾病科主治中医师刘雅诗表示。

高尿酸血症或痛风，是嘌呤代谢紊乱引起的代谢异常综合征。血尿酸超过其在血液或组织液中的饱和度可在关节局部形成尿酸钠晶体并沉积，诱发局部炎症反应和组织破坏。刘雅诗介绍，痛风包括三个阶段，即急性发作期、发作间歇期和慢性痛风石病期。许多研究证明，高尿酸血症和痛风是慢性肾病、高血压、心脑血管疾病及糖尿病的独立危险因素。目前，对于痛风的治疗应中西结合、内外兼治。日常如何预防痛风？刘雅诗建议做到以下几点：一、改变生活方式：限制高嘌呤饮食，如动物内脏、海鲜、饮酒、火锅、肉汤等，并适当多喝水。坚持运动，每周运动时间在2.5—5

小时，肥胖者需降低体重。二、控制尿酸：降尿酸治疗目标为血尿酸<360μmol/L，并长期维持，若患者已出现痛风石、慢性痛风性关节炎，则血尿酸<300μmol/L，直至痛风石完全溶解且关节炎频繁发作症状改善，可将治疗目标改为血尿酸<360μmol/L，并长期维持。三、定期复查规范治疗：定期复查血尿酸水平，以了解治疗效果。切忌盲目相信所谓的“神药”，这些“神药”多数含有大量的激素及止痛药成分，长期使用可能会引起严重的副作用。

江门市五邑中医院通过三甲中医医院复审 推动中医药事业 传承创新发展



市五邑中医院开展“五邑小郎中”中医药文化传承活动。

江门日报讯（文/图 记者/梁爽 通讯员/黎梓豪）近日，广东省中医药局下发《关于公布我省部分中医医院评审结论及编号的通知》文件，江门市五邑中医院高分通过三级甲等中医医院复审。

在江门市委、市政府的领导下，在江门市卫生健康局支持下，江门市五邑中医院自1997年首次通过国家三级甲等中医医院评审后，始终坚持三甲复审日常化，日常工作三甲化，先后成为全国示范中医医院、首批广东省中医院、全国中医医院信息化示范单位、全国文明单位、暨南大学直属附属医院、广东省建设国家中医药综合改革示范区试点（江门项目）主体建设医院、国家中医类别住院医师规范化培训基地。该院信息化水平达到国家医疗健康信息互联互通标准化成熟度四级甲等标准，也是全国唯一一家被认定为国家中医临床教学培训示范基地的地级市中医医院。

江门市五邑中医院还拥有区域（肛肠）中医诊疗中心培育单位，国家、省重点学科/专科，以及国家级博士后科研工作站、国家卫生健康委能力建设和继续教育中心神经介入建设中心、德国国家科学院院士中国工作室、广东省中医药防治传染病重点研究室与重点学科建设单位、江门市中医药科学院、江门市重点实验室（江门市五邑中医院脑病重点实验室）等一批医疗科研教学平台，在全省地级市中医医院中率先设立中医经典科并入选为广东省中医经典病房建设试点单位。近年来，学科优势和人才优势不断凸显，拥有一大批国家级、省级教研平台以及多名博士生导师以及省名中医。

据介绍，江门市五邑中医院将坚持中医特色办院方向不动摇，进一步建设中医特色鲜明、群众体验良好、总体实力领先、服务全省中医药发展和粤港澳大湾区建设大局的中医名院，推动中医药事业传承创新发展，助力健康江门建设，为建设高质量发展的美丽侨乡作出更大贡献。

33天爱心守护新生命 1.45公斤早产儿被广东援疆专家成功救治



黄丽荷采用密闭式吸痰新技术为患儿进行气道护理。

江门日报讯（文/图 记者/梁爽 通讯员/黄丽荷 管浩男）“太感谢你们了，是你们给予我的宝宝第二次生命，也给了我们整个家庭的希望。”日前，新疆一名女士及其家人连连鞠躬，将一面锦旗送到新疆生产建设兵团第三师图木舒克市总医院广东援疆专家赖光涛、黄丽荷（江门市妇幼保健院新生儿科主管护师）及全体新生儿科医护人员手中，表达感激之情。

一个多月前，一名体重仅有1.45公斤的极低出生体重儿在该院出生。由于全身各系统器官发育极不成熟，面临着呼吸衰竭、严重感染、血液系统疾病、凝血功能障碍、肺出血、喂养不耐受等各种问题，医护团队不得不随时调整治疗方案，每一个决定都得精心考虑。

在广东援疆专家赖光涛的带领下，医护团队立即给患儿进行呼吸道清理、气管插管、呼吸机辅助通气、应用肺表面活性物质、输液、保暖等紧急救治处理。在气管插管后，采取了密闭式吸痰管吸痰的新技术，让患儿有更好的呼吸机治疗效果及防止导管相关性感染的风险。

而营养摄入对于极低出生体重儿来说至关重要。黄丽荷带领科室护理组长为患儿进行右上臂贵要静脉PICC置管术，为宝宝打通一条新的生命通道。患儿上臂臂围仅有6.5厘米，导管直径极细，操作难度极高，每个步骤都需十分谨慎。经过中心静脉置管、胃肠减压、抗感染、营养支持等一系列治疗，在护理人员的心心呵护下，患儿的每次进食奶量以5ml、8ml、10ml逐渐增加，身体也肉眼可见地壮实了起来。

三分治疗，七分护理。黄丽荷带领护理团队，为其采取了个性化的护理措施：通过特殊高级暖箱保障患儿温湿度适宜，采用鸟巢式护理、暖箱隔光、单独护理、减少噪声等方式，维持宝宝各项生理指标的的稳定，促进患儿神经系统的发育。

这名患儿就像该科护理团队的“心头宝”。每天，护士们都会细致交接其肤色情况、反应状态、大小便情况、出入水量、体重变化。在33天内，这名新生儿接连闯过呼吸窘迫综合征、喂养不耐受、支气管肺发育不良等各个“生命关卡”，体重增长至1.81公斤，各项生命体征基本稳定后治愈出院。

自广东援疆专家赖光涛、黄丽荷到第三师总医院帮扶以来，新生儿重症监护室已成功救治48名早产儿，其中，低出生体重儿36名，最小胎龄为29周，最低体重为1350克。他们还携手为第三师图木舒克市总医院带来了气道密闭式吸痰术、脐后动脉、腋下静脉穿刺术、袋鼠式护理等新技术。

江门市妇幼保健院启动多项应急预案，开启“暖心守护” 全力照顾好就诊的儿童患者

江门日报讯（文/图 记者 梁爽 通讯员/管浩男）冬季到来，气温降低，江门市妇幼保健院面临着接待大量患者的考验。现阶段，其门诊急症患儿主要以呼吸道感染性疾病为主，占80%以上，检测的病原体主要以肺炎支原体为主，其次是乙型流感，少数鼻病毒、腺病毒、合胞病毒等。为了照顾好来院就诊的儿童患者，该院启动了多项应急预案，开启“暖心守护”。

面对诊疗挑战，江门市妇幼保健院提前做好研判和充分的应对准备，及时启动院内应急机制。通过提早上班、中间连班、延迟下班等工作模式全力支援儿科门诊工作。同时，开设所有诊室，增设备用诊室，开展“先检查、后就诊”的便民服务，优化预检分诊、紧急退热流程等，通过智慧诊疗提升服务效率，有序分流患者，缩短患者等候时间。

此外，该院还组建了党员、团员、志愿者、行政值班人员服务队，维持儿科门诊诊疗秩序，增加人文关怀。物资方面，医院持续保障流感防控药物、退热药

物、应急耗材物资的储备。该院儿科主任邓菊芬表示，“全院医护人员始终挡在救治患儿最前线，有效应对本轮呼吸道感染性疾病的挑战。”冬季小朋友需要预防哪些疾病？现阶段需要预防的疾病主要还是呼吸道感染性疾病和冬季腹泻为主。”邓菊芬提醒，要规律作息，保证充足睡眠，均衡饮食，适当运动，养成良好的卫生习惯；戴口罩、勤洗手、常通风、避免到人群密集场所，吃熟食、喝开水、不要带病上学。及时接种流感疫苗，可以有效预防流感或减轻感染后的症状。

从中医的角度来说，冬天来了，气温随之降低。该院中医科主任高文英建议，需要适量添衣，但也不宜过多，因为过热会让毛孔打开，寒气容易侵袭。运动不宜剧烈，可进行柔和的有氧运动，如八段锦、太极拳等。饮食上可以适当进食一些温补的食物，如羊肉、牛肉、枸杞、栗子、黑豆、黑芝麻等。同时冬天早睡晚起，养肾护阳，尽量在晚上10点左右入睡。



江门市妇幼保健院医护人员“有效应对本轮呼吸道感染性疾病的挑战”。