

爱吃汉堡炸鸡 14岁少年重度脂肪肝

脂肪肝起病年龄趋向低龄化,儿童青少年脂肪肝患者日益增多;医生提醒,预防脂肪肝,一定要管住嘴、迈开腿

N海都记者 刘薇

年纪轻轻,竟患上重度脂肪肝——这事,就发生在泉州14岁初中生小宇(化名)身上!

值得注意的是,这并非个例。海都记者了解到,近些年,脂肪肝的起病年龄趋向低龄化,儿童青少年脂肪肝患者日益增多。泉州市第一医院医生林孟新提醒,预防脂肪肝,一定要管住嘴、迈开腿。

高油高脂高热量食物 让他的肝脏出了问题

“医生,这孩子体检时发现转氨酶不对,我们来查下是不是肝脏出了问题。”近日,小宇被妈妈带到泉州市第一医院肝病门诊就诊。

小宇160厘米的个头,体重达180斤,属于肥胖少年。接诊的副主任医师林孟新为孩子开具了检查单。检查结果显示,小宇的血常规、乙肝两对半均正常,但在生化全套中,转氨酶值达220U/L(正常范围:男性小于30U/L、女性小于19U/L),胆固醇也高于正常值。

“孩子的转氨酶数值超标,提示有肝脏炎症(损伤),检查排除了病毒引起。由于孩子有肥胖问题,我们给他做了肝脏瞬时弹力超声检查,发现其肝脏有大量脂肪沉积,脂肪含量为肝脏重量的70%~80%,属重度脂肪肝!”林医生介绍。

为什么小小年纪会患上重度脂肪肝?林医生了解到,这和小宇平时的生活习惯息息相关。小宇和很多孩子一样,打小爱吃汉堡炸鸡薯条等高油高脂高热量食物,喜欢可乐、奶茶等甜饮料,家人也经常炖些汤汤水水给孩子补身子,就这样越吃越胖。肥胖的小宇不爱运动,加上学习压力比较大,平时也极少运动,久而久之,就成这样了。

“小宇高脂肪、高果糖、高热量的膳食结构,加上多坐少动的生活方式,诱发了重度脂肪肝。”林医生指出,脂肪肝可通过肝脏炎症损伤和纤维化缓慢进展,造成肝硬化;此外,脂肪肝患者合并患有代谢综合征、2型糖尿病、心脑血管疾病的风险更高。

小宇妈妈很后悔,决定好好配合医生,纠正孩子的不良习惯,把脂肪肝扭转过来。



儿童脂肪肝日益增多 不良生活方式是主因

据了解,脂肪性肝病,简称“脂肪肝”,指由于各种原因引起的肝细胞内脂肪堆积过多的病变,是一种常见的肝脏病理改变。换句话说,肝细胞内堆积了太多脂肪,影响了肝脏正常功能。脂肪肝一般分为酒精性脂肪肝和非酒精性脂肪肝两大类,在我国,非酒精性脂肪性肝病最常见。

“我国脂肪肝患病率高达27%,在肥胖、代谢综合征、2型糖尿病以及长期过量饮酒患者中,脂肪肝的患病率高达50%以上。

值得注意的是,近些年,脂肪肝的起病年龄趋向低龄化,儿童青少年脂肪肝患者日益增多。”林孟新医生分析,在儿童青少年群体中,体重超重、肥胖,高脂肪、高果糖、高热量的膳食结构,吃得太快、太饱,坐得太久、活动太少、缺乏锻炼,睡眠不足、经常熬夜等,以及一些遗传易感因素,都可能诱发脂肪肝。

据介绍,脂肪肝起病隐匿,发病缓慢,一般无症状,很容易被忽视。少数患者有乏力、右上腹不适、睡眠障碍、便秘等症状。部分患者有肝脏肿大,少数患者还可伴有脾脏肿大。

“如果疑似有脂肪肝,建议去医院检查,明确病因、危险因素,评估脂肪肝、肝脏炎症损伤和肝纤维化的程度,并对症治疗。”林医生建议。

小贴士

生活中该如何预防脂肪肝?患上脂肪肝又该怎么办?林医生指出,脂肪肝的治疗难度不大,无论是预防还是治疗,都要及时改变不良生活方式,从饮食、运动等方面下手,“管住嘴,迈开腿”。

林医生建议:

预防脂肪肝 医生来支招

- 1** 第一,调整高脂肪、高果糖、高热量的膳食结构,像炖肉、动物内脏、煎炸食物等高脂高热食物少吃,限制可乐、奶茶等含糖饮料、糕点和深加工食品的摄入。建议适量脂肪和碳水化合物平衡膳食,增加全谷类食物,多吃新鲜蔬果。
- 2** 第二,加强锻炼。可根据自身情况,每周坚持参加150分钟以上、中等量的有氧运动,同时要避免“久坐少动”的不良习惯。
- 3** 第三,定期体检。尤其是有肥胖症、糖尿病、高脂血症、脂肪肝家族史者,应增强自我保健意识,定期筛查,发现问题及时治疗。

赞!莆田交警一把背起拄杖老人过街!

海都讯(记者 林养东)7月31日晚高峰,莆田东圳路与延寿路交叉口,一名交警背起斑马线上一名拄着拐杖的老人过街。这暖心一幕被路人拍下,公安部交管局以及多家媒体纷纷报道,这满屏的“爱”引发网友点赞。

记者在视频中看到,当天下午6点多,莆田一交警在东圳路与延寿路交叉路口执勤,看到斑马线上一名拄着拐杖的老大娘正颤颤巍巍

地过马路,便快速上前询问其是否需要帮助。原来,老人正要过红绿灯前往对面的药店买药,其因腿脚有伤病行动不便。他试着搀扶老大娘过马路,但走了几步后发现老人依然很吃力,不得已已在路中停了下来。此时,路口信号灯亮起了红灯,路面上车来车往,十分危险。于是,他挡在老人身前,防止意外发生。

因为正值晚高峰,路面车多人多,等绿灯再次

亮起后,他果断将身上的装备卸下交给一旁的同事,并蹲下身子背起老大娘快步前行,将其安全送到了马路对面。这温暖的一幕被路人用手机记下,并在网上传递,引众多网友点赞。

记者了解到,背老人的铁骑队队员名叫刘志成,1996年出生,上个月刚参加公安工作,是一名退役军人,他用行动诠释了“退役不褪色,换装不换心”的誓言。

该!莆田多家医疗机构被罚

海都讯(记者 黄义伟)近日,信用中国(福建)官方网站、莆田市城厢区人民政府网站等披露的处罚信息显示,莆田牙先生口腔门诊有限公司、莆田市牙统领口腔门诊有限公司、仙游县榜头镇中心卫生院等违反相关医疗规定,被给予警告并处罚款等处罚,具体通报如下:

1.莆田牙先生口腔门诊有限公司口腔门诊部

具有医疗质量管理和医疗技术管理制度、安全措施不健全的行为,违反了《口腔种植技术管理规范》、《中华人民共和国基本医疗卫生与健康促进法》第四十三条;《处方管理办法》第四十七条的规定。

2.莆田市城厢区卫生健康局

依据《中华人民共和国基本医疗卫生与健康促进法》第一百零一条;《处方管理办法》第五十四条第一项、《医疗机构管理条例》第四十七条(2022年3月29日第二次修订前为《医疗机构管理条例》第四十八条)的规定,对其给予警告,并处35000元罚款的行政处罚。

3.莆田市牙统领口腔门诊有限公司

违反了《医疗纠纷预防和处理条例》第十五条第一款、《口腔种植技术管理规范》的规定;《中华人民共和国基本医疗卫生与健康促进法》第四

十三条第一款、《口腔种植技术管理规范》的规定。

4.莆田市荔城区卫生健康局

依据《医疗纠纷预防和处理条例》第四十七条第(四)项;《中华人民共和国基本医疗卫生与健康促进法》第一百零一条的规定,对其给予警告,并罚款人民币2万元整,同时责令立即改正违法行为。

5.仙游县榜头镇中心卫生院

有医疗卫生类违法行为,仙游县卫生健康局依据《医疗纠纷预防和处理条例》第四十七条第(四)项,对其给予警告并罚款25000元。