



爱吃柚子橙子 男孩成“小黄人”

原来患有“G6PD 缺乏症”，食用含有强氧化剂的食物后，红细胞受损；
医生提醒：这类患者不少见，平时饮食要格外小心

N海都记者
林宝珍

柚子和橙子都是秋天的当季水果，酸酸甜甜，水分充足，是许多人的“心头好”。但对于一些特殊人群来说，却不能放开肚皮吃，轻者吃出皮肤发黄，重者还可能危及生命。

日前，福州男孩小松(化名)就因吃多了柚子、橙子，突然变成了“小黄人”，到医院检查后，才知道他患了一种名为“G6PD 缺乏症”的病。医生提醒，这类患者在我们福建还不少见，饮食要格外注意，如蚕豆、青豆、苦瓜等含有强氧化剂的食物要严格避免。



建隆漫画

吃了橙子“越来越黄” 小时也有类似经历

小松今年11岁，特别爱吃柚子、橙子类的水果，文旦柚、蜜柚、葡萄柚、橙子等等，一口气可以吃好几个。最近，家里买了不少橙子和柚子，他便放开了肚子大快朵颐。

没想到几天后，家长就发现，小松变得越来越大“黄”，面部、手心皮肤都出现了明显发黄的情况，连

忙带他到福建医科大学附属第一医院血液科杨婷主任门诊就诊。

杨婷主任详细询问了小松的病史，并进行了专业的检查。她了解到，小松不是第一次“发黄”了，小时候食用“蚕豆”后也曾成了“小黄人”，只是程度没有这次严重，一段时间后自己慢慢好了，没有去

医院就诊。

“这是 G6PD 缺乏症。”杨婷主任说，小松皮肤发黄的现象，正是由于大量摄入含氧化性物质的柚子，导致红细胞受损并引起轻度黄疸。所幸，小松就医及时，在进行相关药物治疗和饮食调整后，皮肤黄染情况逐渐缓解。

是遗传性疾病 可在儿童期首次显现

杨婷主任介绍，G6PD 缺乏症，即葡萄糖-6-磷酸脱氢酶缺乏症，是一种常见的遗传性代谢性疾病。由于患者体内缺乏葡萄糖-6-磷酸脱氢酶(G6PD)这一关键酶，红细胞的抗氧化能力下降，易

受氧化性物质的破坏，进而导致溶血性贫血。此类病症多发于亚非地区，在我国，我们福建等南方省份的发病率也较高。

“皮肤发黄、尿色加深，是 G6PD 缺乏症的典型症状。”杨婷主任说，

G6PD 缺乏症的症状可能在几个月到几岁之间的儿童首次显现，尤其在新生儿期和幼儿期更为常见。如果疾病进展到溶血，患者还会出现高烧、腹痛等症状，严重的会有生命危险。

皮肤发黄、尿色加深及时就医

杨婷主任介绍，G6PD 缺乏症患者在饮食上需格外小心，要避免食用含有强氧化剂的食物和药物，以减少红细胞损伤的风险。蚕豆、蓝莓、红酒、某些抗生素等均可能诱发溶血反应，应尽量避免；柚子、橙子等富含维生素 C

的水果也含有氧化物质，也不要过量摄入。此外，某些药物也会引发 G6PD 缺乏症患者的溶血反应，应该避免或在医生指导下使用。

“G6PD 缺乏症并不可怕，只需在饮食和用药上多加留心，患者就可以维

持正常生活质量。”杨婷主任表示，G6PD 缺乏症的早期发现与规范管理，对保障患儿健康成长至关重要。日常中若出现皮肤发黄、尿色加深等症状，应及时就医，并主动告知医生既往病史，以便获得有效治疗。

延伸阅读

这些食物，G6PD 缺乏症患者慎吃

1. 蚕豆(包括蚕豆及其制品，如蚕豆干、蚕豆泥等)、青豆(如青豌豆、豌豆)、苦瓜(含有苦味素和生物碱，可能加剧溶血反应)，含有强氧化剂或有可能引发红细胞损伤，应严格避免。

2. 含抗氧化成分的食物，如蓝莓、樱桃(可能引发氧化应激)，还有柚子、橙子、柠檬(富含维生素 C，过量摄

入会增加氧化压力)，可能增加红细胞的氧化负担，引发溶血，避免过量进食。

3. 红酒、啤酒(含酚类化合物)等含酒精的饮料或食品(如含酒精的果汁和饮品)，尽量避免。

4. 豌豆、黑豆等豆类，氧化性不如蚕豆强烈，但也可能引发红细胞破坏，需避免大量食用。

5. 牛蒡、黄连等草药，

以及某些草本茶(如金银花茶、薄荷茶等)。

6. 药物与补充剂。磺胺类药物(如磺胺甲噁唑)、抗疟药(如氯喹、奎宁)、非甾体抗炎药(如阿司匹林、布洛芬)、某些抗生素(如甲硝唑、青霉素)，这些药物也会引发 G6PD 缺乏症患者的溶血反应，应该避免或在医生指导下使用。

老人胃食管反流 “躺平”成奢望

医生提醒：该病表现症状多达 70 多种，近 30% 表现为消化系统以外症状，极易被误诊

N海都记者 吴臻

白天站立，晚上躺平，这是一个正常人的正常生活，但对于 80 岁的老林(化名)来说，却无法做到。一年前开始，“躺平”成了老林的奢望。“没有办法好好休息。”说起此前的经历，老林依旧后怕不已，她说，一躺下，胃就开始翻江倒海。在接受手术治疗后，老林终于“躺平”了。

老林被确诊患上了胃食管反流病。福建医科大学附属协和医院胃外科王家镔副主任医师表示，胃食管反流病是指胃内容物(胃酸等)反流到食管或者食管以上的部位，包括咽部、口腔以及肺部，而引起的一系列的症状和并发症。胃食管反流的表现症状多达 70 多种，其中近 30% 表现为消化系统以外的症状，所以极易被误诊。



建隆制图

晚上也只能半躺着睡眠

老林的异常出现在一年前。“开始偶尔会出现烧心的感觉，就没当回事，便吃点胃药。”老林说，但后来一点点严重起来，去看医生后，吃了一段时间药，情况好转，可药一停，那种灼烧的感觉又会卷土重来。医生诊断说，这可能是胃食管反流造成的。由于频繁的反流，她白天痛苦不堪，晚上也只能半躺着睡眠，着实不自在。“那个时候，身体就像一个没

有盖子的水壶，只要一躺下，胃酸就一阵一阵地反流出来。”老林说，“寝食难安”这个成语在她身上表现得淋漓尽致。

经多方打听，老林家人得知福建医科大学附属协和医院胃外科在治疗顽固性“反酸”方面颇有建树，便带着老林前来就诊。各项检查结果都指向了“胃食管反流病”的诊断。“该患者已出现抗酸药物控制无效，符合手术治

疗指征。”王家镔副主任医师说，高龄一直是外科医生所忌惮的危险因素之一，这无疑增加了手术治疗方案和围术期管理难度。得益于胃外科多年来对老年患者的研究和临床经验积累，老林整个手术过程非常顺利，术后第一天便能下床活动。“终于可以好好地睡上一觉。”老林说，术后第五天她就出院了，如今，她的精神状态比之前好了太多。

医生提醒：胃食管反流擅长“伪装”

当下，像老林这样的胃食管反流患者并不罕见。“由于胃食管反流病擅长‘伪装’，会‘变脸’，且相当一部分病人没有明显的消化道症状，成了临床中误诊率最高的疾病之一。”王家镔副主任医师进一步解释，胃食管反流病可引起诸多消化道症状，如反酸、烧心，以及非消化道疾病症状，一般称为“食管外症状”，如咳嗽、喘息、胸痛、胸闷、憋气、心慌、咽喉部异物感、声音沙哑、鼻塞、流涕、打喷嚏、耳痒等。因为这些症状，很多

患者很可能首诊于耳鼻喉科、呼吸科、心内科等。

这种疾病不仅让很多人经常处于“酸爽”的生活中，还有可能面对生命的威胁。记者了解到，胃酸是一种强酸性物质，pH 值只有 2 左右，腐蚀性很强，一旦这些酸性物质脱离了胃的束缚，它流到哪里，就会侵蚀哪里。“一般来说，胃食管反流病如果不加干预，非但容易造成消化系统的溃疡、炎症、肿瘤等疾病，还可能让人患上肺炎、哮喘、鼻炎、鼻窦炎、龋齿、中耳炎等。”王家镔副主任医

师表示，目前，胃食管反流病可以通过胃镜检查、24 小时食管 pH 监测、食管测压等方法进行诊断。在治疗上，多数胃食管反流病可通过服用暂时性抑制酸分泌剂(如奥美拉唑等)配合生活、饮食习惯调整进行保守治疗。但当患者需要长期服用抗酸药物，或疾病症状大大影响到患者的生活质量时，需要外科手术进行干预。常见的手术方式为腹腔镜下胃底折叠术、食管裂孔疝修补术等，具体术式选择则由外科医生根据患者的具体情况而决定。

公告

2010 年至 2023 年，我司将承包的建设工程中的劳务部分对外分包。截至今日，尚有部分已完工项目未收到劳务承包方的结算资料(项目清单详见坊巷公司公告栏)，导致无法办理项目的最终结算。为

维护各方合法权益，现请我司上述劳务承包方，务必在 2024 年 12 月 31 日前，向我司提交完整的劳务分包结算资料；若逾期提交或未提交，我司将只按已支付的进度款作为最终结算价予以审结，不再另行

办理结算手续。由此产生的一切法律责任和后果，由各劳务承包方自行承担。

福州市坊巷建筑工程有限公司
2024 年 11 月 16 日