

每天两斤多白酒下肚 男子肝衰竭

最终不得不进行全身“换血”;医生提醒,过度饮酒损伤肝脏健康

海都讯(记者 刘薇 通讯员 周晓卿)“喝酒要了我半条命,这次教训真的太深刻了!从今天开始,我就戒酒,再也不拿自己的生命开玩笑了。”在中国人民解放军联勤保障部队第九一〇医院(以下简称“第九一〇医院”),重获新生的林先生哽咽道。就在不久前,第九一〇医院感染科应用人工肝技术,成功救治因过度饮酒引发慢加急性肝衰竭的林先生。

今年40岁的林先生是一名乙肝患者,嗜酒如命,每天雷打不动要喝两斤多白酒。前不久,林先生突然肚子胀痛,整个人变得蜡黄,感觉有些不妙的他,在家人的陪同下来到第九一〇医院感染科诊治。

医生仔细检查发现,

林先生肝功能的各项数值“爆表”,有的甚至是正常值的20多倍,诊断为过度饮酒导致的慢加急性肝衰竭。感染科迅速制定了详细的治疗方案,为其进行保肝、降酶、退黄等综合治疗。

然而,林先生的病情进展迅速,常规药物治疗效果甚微,他很快陷入深度昏迷,生命体征急转直下!“抗昏迷的同时,必须尽快进行人工肝治疗!”感染科许正锯主任指出。

救治刻不容缓。在征得家属同意后,感染科医护人员快速响应,在30分钟内完成设备调试与耗材准备,并优选右侧颈内静脉建立临时血液净化通道,开启了“人工肝-单血浆置换治疗”。

据介绍,“人工肝”技术是将患者的血液引出体外,然后通过特殊装置精准清除血液中的有害毒素,并补充身体必需物质,再将这些“新”的干净血液输入体内,使用仪器代替肝脏功能,为严重受损的肝脏争取宝贵的喘息和自我修复时间。当3000ml的血浆置换完成后,林先生的生命体征逐渐平稳。

在数次人工肝治疗的强力支持下,加上抗昏迷、保肝、退黄等一系列救治措施,林先生的蜡黄肤色逐渐褪去,意识逐渐清醒,各项关键指标开始稳步向好。经过近一个月的精心治疗,林先生全身黄染消退,各项指标恢复正常,康复出院。

许正锯主任提醒,肝脏



是身体重要的器官,过度饮酒、滥用药物等不健康的生活方式,可导致肝细胞炎

症、坏死,表现为黄疸、腹水、肝功能异常。酒精是引起肝衰竭的“导火索”,过度

饮酒,损伤肝脏健康,有发生肝炎、肝硬化甚至肝衰竭的巨大风险。

没胃口、没精神,是胃肠道出了问题吗?

高龄老人夏天警惕隐性中暑

N 宁波晚报

“吃不下饭、人没精神。”最近,宁波大学附属人民医院(鄞州人民医院)消化内科陈长喜主任医师门诊时接连遇到3名出现这种情况的老人,以为是胃肠道出了问题,没想到是“隐性中暑”。他提醒,夏季不仅要防范户外中暑,更要警惕家中的“隐性中暑”,尤其是高龄老人,稍不注意就可

能因为舍不得开空调、饮水不足而“热出病来”。

“我妈已经一个星期吃不下饭,人也没精神,是不是肠胃出了问题?”张奶奶的女儿带着82岁的老母亲来到鄞州人民医院消化内科就诊,神情焦虑。陈长喜主任医师详细检查后发现,老人体温偏高、精神萎靡,初步判断并非胃病。进一步追问病史得知,入夏以来张奶奶几乎没怎么开空调,觉得“风扇

吹着就行”,加上饮水不多,考虑为轻度中暑。

“虽然没有热射病那么严重,但这已经是典型的隐性中暑。”陈长喜解释道,高温环境下人体代谢紊乱、消化酶分泌减少,饮水少造成消化液稀释,从而影响胃肠功能,导致食欲下降、恶心、乏力等非典型症状。特别是老年人,体温调节能力差,即使长时间待在室内,也有可能中暑。

经过治疗,张奶奶逐渐恢复,每餐能进食小半碗面条。“以后可不敢再硬扛了,身体垮了更麻烦。”张奶奶的女儿感慨地说。

陈长喜介绍,当天门诊时接连收治了3名70岁以上像张奶奶这样的隐性中暑患者。隐性中暑是指人在闷热、通风不良的环境中,由于散热不佳、饮水不足等原因,出现脱水、低钠、轻度发热、头晕乏力等症

状,但往往缺乏剧烈头痛、意识模糊等典型中暑表现,因此极易被忽视或误诊。

“有些老人出现胸闷、头晕,会直接去心内科;肚子疼的病人则被送往外科,其实这可能是中暑引起的肠痉挛。”陈长喜说。

陈长喜建议,家中如有高龄或慢性病人群,建议将空调温度设定在26℃左右,避免室内外温差过大;每日饮水要比平时多800毫升

至1000毫升,少量多次饮用更利于吸收;如发现老人小便减少,可能是脱水信号;出汗较多时,可适当喝些淡盐水或盐汽水;加强健康监测,如出现精神萎靡、食欲减退、乏力等症状,应及时就医,并考虑是否存在中暑可能。

医生还提醒,高温天,老年人、慢性病患者尤其要注意防暑降温,保持良好生活习惯。

一块苏打饼干就能测出胖瘦体质?

专家:并非决定性因素,准确性有限

一块苏打饼干测出易胖体质?近日,一条话题热搜不仅受到了关注,还引来网友争相尝试。视频中一位医生介绍,拿一块苏打饼干放到嘴巴里,30秒后如果是甜的则是易瘦体质,反之如果尝到是咸的就是易胖体质。人与人的差距这么大吗?这样的自测法有啥依据吗?

对此,南京市中医脾胃病科(消化科)主任杨勤认为,唾液淀粉酶活性可能与肥胖存在一定关联,但并非决定性因素。

嚼苏打饼干尝甜味,能测易瘦、易胖体质?

记者搜索发现,这样的饼干测试最早由外国学者提出。具体来说,测试是这样的:准备一片无糖也不含甜味剂的原味苏打饼干,放在嘴里嚼的同时开始计时,不要咽下去,嚼出甜味时,停止计时。如果14秒以内能嚼出甜味,说明是“易瘦体质”;如果15~30秒嚼出甜味,为正常;但若是30秒以上才能嚼出甜味,说明是“易胖体质”。有医生表示,

易胖体质的人,唾液中的淀粉酶比较少,分解淀粉慢,所以需要花更长的时间,才能尝到甜味。

杨勤告诉记者,淀粉类食物本身是没有甜味的,唾液淀粉酶由口腔唾液腺分泌,主要负责分解食物中的淀粉(碳水化合物)为麦芽糖和葡萄糖,让人感到甜味,这也是消化碳水化合物的第一步。其活性受基因如AMY1基因

个数和饮食如高碳水摄入影响。

那么,“嚼饼干尝甜味”和“胖瘦”究竟有啥关系?有研究发现,一个人的唾液淀粉酶AMY1个数越多,唾液淀粉酶就越强,“越嚼越甜”的能力也就越强,也能更快感受到淀粉类食物的甜味。“也就是说,AMY1基因更多的人可能更倾向于高效分解碳水化合物,不太容易胖。相反,这种基因较

少的人可能对碳水化合物消化效率较低,导致餐后血糖波动更大,也就是所谓的‘易胖体质’。”

另一方面,专家指出,高淀粉酶活性者可能提前触发饱腹信号,减少进食量,同时对高碳水食物的偏好可能更低。而低淀粉酶活性者则可能需要摄入更多碳水化合物才能获得满足感,需要不断增加热量摄入。

专家:胖瘦受多因素影响

那是不是唾液淀粉酶基因多、酶更强大、更容易嚼出甜味的人,就一定更不容易胖?杨勤认为,虽然它们存在一定关系,但进一步的科学解释还不明确,也不能认为是决定性因素。胖瘦受多因素影响,例如运动、激素、饮食习惯等,因此不建议仅凭淀粉酶活性判断代谢风险。另外值得一提的是,唾液淀粉酶仅是消化链的初始环节,肠道消化吸收、胰岛素敏感性等对肥胖也有影响。

杨勤强调,体重管理是一项“系统工程”。她指出,无论是所谓的“易胖体质”还是“易瘦体质”,在健康饮食方面,可以优先选用低升糖指数(GI)的碳水化合物,帮助平稳餐后血糖水平。同时,注重增加膳食纤维的摄入量也能延缓碳水化合物的消化吸收速度,进一步辅助血糖平衡。此外,日常饮食中务必规律进餐,避免暴饮暴食,这也是维持健康体重的关键环节。

N 扬子晚报