

无痛胃肠镜的适应症与注意事项

□ 周君燕

消化道疾病是影响人身体健康的重要疾病之一,而胃肠镜是目前胃肠道器质性病变的诊断金标准,是发现胃肠道炎症、溃疡、肿瘤及癌前病变等最简便、最安全、最有效的方法,对于胃肠道早期器质性病变的诊断有着决定性的意义。

不过,想象着“粗管入口”的恐惧,还是让不少人闻“镜”色变,不到万不得已不去检查。其实,随着无痛内镜技术的日益成熟和普及,这种恐惧心理已经完全没有必要了!为了满足人民群众对舒适诊疗的需求,就诊时要求安全舒适,无痛苦,副作用小,让患者在浅睡眠的“好梦”中,完成检查和诊疗。下面我们一起来了解一下无痛胃肠镜这项技术。

一、什么是无痛消化内镜?

胃肠镜检查是诊断大部分上、下消化道疾病的“金标准”。据有关资料显示,在已接受胃肠镜检查和治疗的患者中,约半数人不愿意再接受检查,30%以上的人对此有恐惧心理,使病情不能得到及时检查而延误诊断和治疗,造成遗憾。

而无痛胃肠镜检查,即无痛胃镜检查及肠镜检查,是由麻醉医生在即将接受胃肠镜检查的患者静脉里注射一种短效镇静麻醉药物,让患者在睡眠中接受检查的方式。当检查或治疗结束,患者苏醒后,没有一点感觉,一

般只需10分钟左右即可苏醒。

二、无痛内镜与普通内镜的区别?

具体来说,就是在检查前经静脉注射一种起效快、有效时间短、作用确切的麻醉药物,使患者在数秒钟内入睡,完成全部检查后早期即能苏醒,因此在检查过程中不会有任何的不适和痛苦感觉。

1. 无痛内镜更舒适,损伤小。

常规胃镜检查会有恶心、呕吐、呛咳等不良反应,可能会损伤咽喉和食道。无痛胃肠镜是在麻醉状态下操作,患者不会躁动,检查时肌肉放松,可以减少胃镜对咽喉和食道的损伤。

2. 无痛内镜对于微小病变及早癌的检出更具优势。

食道、胃、肠道蠕动减弱,医生可以看得更清楚仔细,直接用肉眼发现诸如溃疡、息肉、憩室、炎症等病变,还能看清黏膜的充血、水肿以及色泽改变等细微变化,并且可以在直视下准确夹取活检做病理检查、镜下切除息肉、止血、抓取异物等,更有利于病变的早期发现,诊断率高。

3. 无痛内镜麻醉的具体方法由麻醉科专业医师进行检查后根据患者情况选择。

三、无痛胃肠镜适应症?

1. 存在上消化道症状(如烧心、吞咽困难、

上腹痛、呕吐等),怀疑有食管、胃、十二指肠病变,临床需要确诊者;

2. 已确诊的上消化道病变,如消化性溃疡、食管癌、胃癌等疾病治疗后需要随访或观察疗效者;

3. 消化道出血,病因及部位不明者;

4. 影像学检查发现上消化道病变,需要明确性质者;

5. 上消化道异物者;

6. 需要进行内镜下治疗者,如食管胃底静脉曲张行套扎或注射硬化剂治疗,胃早癌行内镜下黏膜剥离术(ESD)等;

7. 胃癌家族史及其他胃癌高危人群;

8. 存在幽门螺杆菌感染,需要明确是否有胃黏膜病变者,或者需要进行幽门螺杆菌培养及药物敏感性试验以指导治疗者。

四、无痛胃肠镜检查安全吗?

麻醉药是否影响记忆力或智力?

1. 检查前,麻醉医生会对患者进行综合评估,除了药物过敏,严重的基础疾病及消化道(尤其是上消化道)梗阻的患者外,大部分患者是可以接受无痛检查的。

2. 现在的无痛技术已经非常成熟并广泛应用于临床。

3. 使用的静脉麻醉药物,具有起效快、代谢快、体内无蓄积、安全性高的特点,所以,反

复多次使用,并不会影响智力及记忆力。

4. 专业的麻醉医生,全程实施监护,完善的监护设备与抢救措施,能够保障患者的安全。

5. 无痛胃肠镜这么好,是不是所有人都适合无痛检查呢?

答案是否定的,以下几种情况都不适合:

1. 严重冠心病以及心肌损伤伴严重心功能不全;

2. 肺炎或其他感染伴有高热;

3. 主动脉瘤;

4. 出血性休克;

5. 急性咽炎及扁桃体炎;

6. 重度肺功能障碍;

7. 哮喘性呼吸困难;

8. 体质极度衰弱、孕妇;

9. 患者不予合作或精神不正常者。

温馨提示:

1. 检查前禁食禁饮6小时以上。

2. 检查后短时间内有些头晕,不宜驾驶及从事精细工作。

3. 检查后最好有人陪同。

4. 是否需要做胃肠镜检查,应该听取专科医生意见,能否做无痛胃肠镜应听取麻醉医生意见。

(作者单位:广西玉林市第一人民医院)

胃炎与十二指肠溃疡的饮食养护经验

□ 赵云

在快节奏的现代生活中,饮食不规律、工作压力大、睡眠不足、饮酒过量等不良生活习惯使得许多人饱受胃炎和十二指肠溃疡等消化系统疾病的困扰。这类疾病可以迁延不愈,随时困扰和降低我们的生活品质,甚至导致更严重的肿瘤、癌症。我想通过分享饮食养护经验,为广大患者提供一些实用的医学科普知识,希望能对大家的健康有所帮助。

首先,我们需要了解胃炎和十二指肠溃疡的成因。胃炎是胃黏膜受到炎症损害的一种疾病,而十二指肠溃疡则是十二指肠黏膜发生的溃疡病变。这两种疾病常常与胃酸分泌过多、胃黏膜保护机制减弱、幽门螺杆菌感染等因素有关。因此,在饮食养护过程中,我们需要重点关注如何调节胃酸分泌、增强胃黏膜保护能力以及预防幽门螺杆菌感染。

一、调节胃酸分泌

胃酸是帮助消化食物的重要物质,但过多的胃酸会对胃黏膜产生损害。因此,调节胃酸分泌是胃炎和十二指肠溃疡患者饮食养护的关键。

1. 避免食用刺激性食物:辛辣、油腻、生冷、硬质等食物都可能刺激胃酸分泌,加重胃

黏膜损伤。因此,患者应尽量避免食用这些食物,以减轻胃部不适。

2. 多吃碱性食物:如蔬菜、水果、豆类等,这些食物可以中和胃酸,减轻胃酸对胃黏膜的刺激。同时,它们还含有丰富的维生素和矿物质,有助于增强身体免疫力,促进胃黏膜修复。

3. 定时定量进餐:避免暴饮暴食,保持规律的饮食习惯,有助于调节胃酸分泌。患者可以根据自己的作息时间表,合理安排每日三餐,避免长时间空腹或过度饱腹。

二、增强胃黏膜保护能力

胃黏膜是保护胃部免受胃酸侵蚀的重要屏障。增强胃黏膜保护能力,有助于减轻胃炎和十二指肠溃疡的症状。

1. 摄入富含胶原蛋白的食物:如猪蹄、鱼皮、鸡脚等,这些食物含有丰富的胶原蛋白,有助于修复受损的胃黏膜。

2. 补充维生素和微量元素:如维生素A、C、E和锌等,这些营养素有助于增强胃黏膜的抵抗力,促进胃黏膜修复。患者可以通过多吃新鲜蔬果、坚果等食物来摄取这些营养素。

3. 适量摄入膳食纤维:膳食纤维可以促进肠胃蠕动,帮助消化和排泄,减轻胃部负

担。患者可以选择富含膳食纤维的食物,如粗粮、豆类、蔬菜等。

4. 避免食用过冷过热的食物,以免刺激胃肠道,导致疾病加重。

三、预防幽门螺杆菌感染

幽门螺杆菌感染是导致胃炎和十二指肠溃疡的重要因素之一。因此,预防幽门螺杆菌感染也是饮食养护的重要一环。

1. 注意饮食卫生:避免饮用生水、食用不洁食物等,以减少幽门螺杆菌感染的风险。同时,患者应注意餐具的清洁和消毒,避免交叉感染。

2. 增强免疫力:保持充足的睡眠、适度的运动、良好的心态等,有助于增强身体免疫力,提高抵抗幽门螺杆菌的能力。

四、经验分享

在胃炎和十二指肠溃疡的治疗过程中,饮食养护是至关重要的。除了遵循上述饮食原则外,我还特别注重以下几点:

1. 定时定量饮水:保持充足的水分摄入,有助于稀释胃酸,减轻胃部不适。根据自己的作息时间表,定时饮水,避免一次性大量饮水。

2. 保持良好的作息习惯:保证充足的睡眠和适度的运动,缓解精神压力,有助于改善

身体状况,促进胃炎和十二指肠溃疡的康复。

3. 保持心情愉悦:避免过度劳累和情绪波动,保持心情愉悦,有助于减轻胃炎和十二指肠溃疡的症状。

通过长期的饮食养护和生活习惯的调整,胃炎和十二指肠溃疡症状会得到明显的改善。循序渐进就能够正常饮食,不再受到疾病的困扰。我相信,只要大家能够重视饮食养护,积极调整生活习惯,一定能够战胜胃炎和十二指肠溃疡等消化系统疾病。

最后,我想强调的是,每个人的身体状况和病情都是不同的,因此在饮食养护过程中,应根据自己的实际情况进行调整。同时,如果病情严重或持续不见好转,应及时就医,接受专业的诊断和治疗。

总之,胃炎和十二指肠溃疡的饮食养护是一个综合性的过程,需要我们从调节胃酸分泌、增强胃黏膜保护能力以及预防幽门螺杆菌感染等多个方面入手。通过科学的饮食养护和良好的生活习惯,我们可以有效改善胃炎和十二指肠溃疡的症状,提高生活质量。希望我的经验分享能对大家有所帮助,让我们一起迈向健康的生活!

(作者单位:广西桂林市中西医结合医院)

耳聋基因筛查的意义与方法

□ 黄富

耳聋,作为临床上最常见的遗传性疾病和出生缺陷之一,对个人、家庭乃至社会都带来了沉重的负担。据我国第二次全国残疾人抽样调查数据推算,全国有听力残疾人群约2780万人,占我国残疾总人数的三分之一。每年,我国新增的先天性聋儿数量达到3.5万,且因不合理使用抗生素及环境因素造成的耳聋病例也在以惊人的速度增长。面对如此严峻的现状,耳聋基因筛查作为一项前沿的健康预防措施,显得尤为重要。

一、耳聋基因筛查的意义

1. 早期发现,早期干预:耳聋基因筛查通过检测人的DNA,发现是否存在耳聋基因突变位点,从而预测听力状况。这种筛查不仅能帮助医生及早发现听力障碍的风险,还能在听力损失发生之前或早期阶段采取干预措施,如佩戴助听器、进行语言识别训练等,以改善听力状况,提高生活质量。对于携带特定耳聋基因的个体,通过避免使用某些药物(如氨基糖苷类抗生素)或采取其他预防措施,可以有效减少耳聋的发生。

2. 阻断遗传传递:遗传性耳聋是导致听力损失的主要原因之一,约60%以上的耳聋患者与遗传性耳聋基因相关。通过对耳聋基

因携带者及其亲属进行科学的婚育指导和产前诊断,可以阻断耳聋基因在两代人之间的遗传,减少耳聋残疾的发生。特别是在聋人人群中,聋-聋结合是最常见的婚配模式,这种婚配模式导致后代发生聋病的风险极高。因此,通过耳聋基因筛查,可以在合适的时间点干预此类婚配模式,避免大部分聋-聋婚配家庭生育聋病后代。

3. 降低社会成本:耳聋不仅影响患者的个人生活质量,还增加了家庭和社会的经济负担。通过耳聋基因筛查,可以及时发现并干预听力障碍风险,降低因听力障碍导致的特殊教育、康复和医疗成本。此外,对于已确诊为神经性耳聋的患者,进行耳聋基因检测还可以确定其是否携带导致听力障碍的基因,为后续治疗提供科学依据。

二、耳聋基因筛查的原理与方法

1. 原理:耳聋基因检测通过检测遗传缺陷,即耳聋基因,来判断个体是否携带导致听力损失的基因。目前,GJB2、SLC26A4、线粒体基因、GJB3等基因已被证实是导致我国耳聋最常见的耳聋基因。这些基因的突变会干扰内耳的正常发育和功能,导致听力障碍。

2. 方法:耳聋基因筛查通常通过采集个体的血液样本或口腔黏膜细胞样本,提取DNA后,利用基因芯片、测序等高通量检测技术对特定的耳聋基因进行检测。这些技术能够准确、快速地检测出个体是否携带某种或多种耳聋基因,为后续的遗传咨询和干预措施提供依据。

三、耳聋基因筛查的适应症与适用人群

1. 适应症:耳聋基因检测适用于有听力障碍家族史的人群,如亲属中有耳聋患者。此外,对于已确诊为神经性耳聋的患者,也建议进行耳聋基因检测,以确定其是否携带导致听力障碍的基因。

2. 适用人群:有听力障碍家族史的儿童:这类儿童携带耳聋基因的风险较高,通过筛查可以及早发现并干预。

准备生育的夫妇:尤其是双方均有听力障碍或家族史的夫妇,通过筛查可以评估生育聋儿的风险,并进行科学的婚育指导。

孕妇及新生儿:孕妇在孕早期或产前进行耳聋基因筛查,可以评估其生育聋儿的风险,并采取相应的预防措施。新生儿出生后,进行听力和基因联合筛查,可以早期发现迟发性聋和药物性聋并进行干预。

四、耳聋基因筛查的挑战与展望

尽管耳聋基因筛查在预防耳聋方面具有显著的优势,但在实际应用中仍面临一些挑战。首先,基因检测的成本较高,限制了其在基层医疗机构的普及。其次,基因检测结果的解读和咨询需要专业的医学知识和经验,对医务人员提出了更高的要求。此外,公众对基因筛查的认知度和接受度也需要进一步提高。

然而,随着科技的不断进步和医疗水平的提高,耳聋基因筛查的普及率将会逐步提高。未来,我们可以期待更加便捷、经济的基因检测技术的出现,以及更加完善的遗传咨询和干预体系的建立。这将为更多人群提供耳聋基因筛查的机会,降低耳聋残疾的发生率,提高人口质量。

五、结语

耳聋基因筛查作为一项重要的健康预防措施,对于预防耳聋、降低听力障碍风险具有重要意义。通过早期发现、早期干预和科学指导,我们可以有效减少耳聋残疾的发生,提高患者的生活质量。因此,我们应该积极推广耳聋基因筛查,提高公众对其的认知度和接受度,共同为构建健康中国贡献力量。

(作者单位:广西崇左市妇幼保健院)