

“陈光标切胃减肥”引争议 切掉部分胃真的可以减肥吗?



这两天,一则“陈光标切胃减肥”的新闻被各大媒体争相报道。新闻中不仅将陈光标减肥前后照片做了对比,其“病历”也被部分媒体曝光,从曝光的“病历”中可以了解到,陈光标是在某专业减肥中心做了“单切口袖状胃切除手术”。而陈光标本人否认了减重与“切胃手术”有关。那么,究竟什么是“切胃减肥手术”?哪些人群适合此项手术呢?

随着生活水平的提高,已有越来越多的人加入肥胖大军。肥胖既是一个独立的疾病,又是糖尿病、冠心病、高血压、脑血管病和多种癌症的相关危险因素,已被世界卫生组织列为导致疾病的十大危险因素之一。

如何界定成年人体重是否超标?世界卫生组织根据亚洲地区的人群特点,以体重(kg)/身高²(m²)为指标,称为体重指数(BMI),认为BMI在18.5-22.9之间者为健康标准身材;23.0-24.9为超重;25.0-29.9为1度肥胖;30.0-34.9为2度肥胖;BMI>35.0为3度肥胖。

减重是治疗重度肥胖、预防和减少肥胖并发症,让患者回归社会、重返工作、提高生活质量、延长寿命的方法。肥胖患者可以通过运动、饮食控制、药物、食疗等方法起到控制或减轻体重的目的,而手术是目前治疗病态肥胖,使重度肥胖患者获得相对迅速、有效减重效果的手段,还可显著缓解因肥胖并发的高血压、高脂血症等相关代

谢性疾病。

目前,临床上的减重手术主要包括腹腔镜胃旁路术、腹腔镜袖状胃切除术、腹腔镜可调节胃绑带术和胆胰分流并十二指肠转位术4种,其中,以腹腔镜下袖状胃切除术术式最为简单常见。

腹腔镜袖状胃切除术,简单来说就是在腹腔镜下将患者“豌豆胃”纵行切除成“袖状胃”,不仅胃容量会减小,以起到限制进食的目的,其分泌产生饥饿感的激素也会减少,进一步控制患者的食欲,从而达到减肥目的。采用该方法,虽然胃容积减少,但因为没有改变胃肠道的生理结构,因此不会影响食物的正常消化与吸收过程,在进食量不大的情况下仍可被顺利消化吸收,只要按照正常饮食,少量多餐,不必担心营养不良。尤其是目前微创技术的使用,患者术后恢复快、创伤小,已被广大患者多接受。

长沙市第三医院普外一科主任、副主任医师 杨昕(胡冰峰 戴婧 整理)

●相关链接

什么人适合减重手术?

- 1、并发代谢紊乱综合征,如2型糖尿病、心血管疾病、脂肪肝、脂代谢紊乱、睡眠呼吸暂停综合征等。
 - 2、腰围:男性≥90厘米,女性≥80厘米。
 - 3、血脂异常:甘油三酯≥1.70毫摩尔/升;高密度脂蛋白<0.9毫摩尔/升(女性<1.0毫摩尔/升)。
 - 4、连续5年以上体重增加, BMI≥32。
 - 5、年龄在16-65岁之间。
 - 6、经非手术治疗疗效不佳或不能耐受者。
 - 7、无酒精或药物依赖,无严重的精神障碍、智力障碍等。
- 有以上1-4情况之一,且同时具备5-7情况的肥胖者,可考虑外科手术治疗。

节日聚餐 当心急性胰腺炎

持续腹痛是主要症状

国庆长假将至,不少人会选择跟家人、朋友聚餐。要提醒大家的是,在享受美味佳肴的同时要当心一个“节日杀手”——急性胰腺炎。

胰腺是人体最重要的消化器官之一,它分泌的胰液是人体最重要的消化液。当人们一次性大量进食、饮酒后,会刺激胰腺在短时间内大量分泌胰液,致使胰腺管内压力骤然上升,引起胰腺泡破裂,胰酶进入腺泡之间,可引起胰腺组织自身消化、水肿、出血甚至坏死,诱发急性胰腺炎。

腹痛是急性胰腺炎的主要症状,疼痛多为持续性,并会阵发性加剧,呈钝痛、刀割样痛或绞痛,

常位于上腹或左上腹,有时会向腰背部放射,仰卧位时加剧,坐位或前屈位时会减轻;如果并发腹膜炎,疼痛会弥漫整个腹部。除此之外,患者还会伴有发热(一般不会超过39℃)、寒战、恶心、呕吐、腹胀;急性出血坏死型胰腺炎还可出现休克。

节日期间,市民朋友切忌暴饮暴食和酗酒,特别是有胆道疾病和血脂过高者。如果饱餐后出现如上症状,应尽早就诊,切不可麻痹大意,如果耽误治疗时机,有可能发展成急性重症胰腺炎,不仅治疗难度增大,甚至可能危及生命。

李令飞

干燥综合征 秋冬攻略

干燥综合征是一种以侵犯泪腺、唾液腺等外分泌腺体为主的慢性自身免疫性疾病,主要表现为口腔、眼、皮肤干燥,也可表现为多器官、多系统损害,每年秋冬季是高发期。面对秋燥冬寒,干燥综合征患者如何应对呢?

对于泪液分泌过少者,平时出门应带防护镜,避光避风,过度干燥者可用0.5%甲基纤维素滴眼,每日4-6次;将室内湿度控制在50%-60%,温度保持在18℃-21℃;痰液粘稠难以咳出者,可做雾化吸入,以促进排痰和预防感染。

对于唾液分泌过少者应禁烟酒,避免使用抑制唾液腺分泌的药物,如阿托品,就医时要主动将病情告知医生,防止因使用阿托品后气道过于干燥,分泌物堵塞气道而发生危险;平时可以用无糖胶母(口香糖)刺激提高唾液腺的分泌,积极治疗牙周炎、口腔霉菌等疾病。

对于汗腺分泌过少而引起的皮肤干燥、脱屑和瘙痒者,秋冬季洗澡不要过于频繁,每周2-3次即可,少用或不用碱性肥皂,洗澡后可在干燥明显处涂些润肤霜,勤换衣裤、被褥;若皮肤有破损,应及时处理,有感染者可适当使用抗生素。

此外,进入秋冬季后,干燥综合征患者在饮食上应偏于甘凉滋润,多吃滋阴清热生津的食物,如丝瓜、芹菜、红梗菜、黄花菜、芹菜、甲鱼、西瓜、甜橙、梨子、鲜藕等,避免进食辛辣食物,以防助燥伤津。需要提醒的是,这类患者在正确对待饮食宜忌的同时,也不可忌口太严,以免引起营养不良。另外,由于干燥综合征病程长,患者应保持乐观、平和的心态,平时注重精神调养,坚持锻炼,规律作息,保证充足的睡眠。

长沙市中心医院老年医学科
主管护师 胡佳庆

尿量突然增多 是什么原因?

张医生:

我最近感觉尿量特别多,其他没有什么异常,喝水也和平时差不多,请问这是什么原因?

读者 王女士

王女士:

在大量饮水、喝茶、喝咖啡后,尿量增多是正常现象,如排除上述因素出现尿量突然增多则多是受疾病或药物的影响。

某些内分泌和代谢性疾病会导致尿量突然增多,如糖尿病、尿崩症、原发性甲状旁腺功能亢进等;一些肾脏疾病也会引起尿量突然增多,如某些药物、全身感染、免疫性疾病、慢性肾盂肾炎、慢性尿路梗阻、长期低血钾症和高钙血症等会导致肾小管-间质性病变,从而引起肾脏浓缩功能障碍导致尿量增多,另外,急性肾功能衰竭多尿期、肾小管酸中毒等也会引起尿量增多。

此外,在使用了某些药物,如甘露醇、山梨醇或利尿剂后,也会引起尿量明显增多。因此,当出现尿量突然增多,又排除大量饮水、喝茶等原因后,一定要尽快到医院检查,以明确诊断,及时治疗。

张医生

如果您有什么疑问或有要咨询的问题,请联系本版责任编辑。
邮箱:57042518@qq.com
电话:0731-84326251

健康卡通



搽个抱枕睡得香

睡眠不好的人不要一味求助药物,应从日常习惯上下功夫。研究发现,睡觉时搽个抱枕可有效提高睡眠质量。抱枕可购买,也可自己亲手制作:用棉布缝制一个长约1米、直径35厘米的布口袋,用棉絮或海绵填充好即可。

图/文 李明新