

从手术到支架 胃转流减重新选择

减肥的方法有很多，如控制饮食、坚持锻炼等，但你试过在胃里建座“小桥”吗？这就是临幊上针对某些特殊人群常用的减肥方法——胃转流支架。

传统的胃转流手术

胃转流手术，也被称为胃旁路手术，是一种通过改变胃和小肠的连接方式来帮助患者减肥的方法。

过去，医生们为了帮助人们减肥，不得不在患者腹部进行大规模的手术操作，使患者在术后的一段时间内，只能通过喝汤来维持营养。这种手术方式的优势在于有显著的减重效果和代谢改善，许多患者在手术后体重迅速下降；同时，一些与肥胖相关的代谢疾病，如糖尿病、高血压等，也得到了显著改善。然而，这种手术也有其局限性，由于手术创伤较大，患者需要较长的恢复时间，并且手术风险也相对较高；术后还需要严格遵守医生的饮食和生活习惯建议，否则可能会出现一些并发症。这种手术方式不仅让患者感到痛苦，也让医生们感到无奈。

神奇的胃转流支架

胃转流支架是通过内镜技术植入，无需大切口，这种创新方法使得手术过程更加精细和微创，告别了大刀阔斧的传统手术方式，只需要在胃里建一座“小桥”。在手术过程中，患者受到的痛苦更少，术后几天就能恢复正常生活，大大缩短了患者的康

复时间，感染和并发症的风险也大大降低。

这一技术可以帮助患者实现快速持续地减轻体重，同时解决糖尿病等代谢问题，不需要每天服药，仅需定期复查即可，减轻了患者的经济负担和心理压力。如果患者对效果不满意，支架还可以随时取出，灵活性强，给患者更多的选择空间。

胃转流支架的常见问题

1. 胃转流支架适合所有人吗

并非所有人都适合胃转流支架。一般来说，胃转流支架适用于以下人群：① BMI（体重指数）在 30 以上且伴有 2 型糖尿病、高血压等肥胖相关疾病者；②之前尝试过其他减肥方法但效果不佳者；③没有严重胃肠道疾病或手术史者。

2. 支架会移位吗

支架移位的可能性相对较低，并不是完全不可能。因此，为了确保支架的位置正确，患者应遵循医生的饮食和生活方式建议，并定期复查。如果发现支架有移位、感染或其他问题，可以通过内镜技术将其重新定位或取出。



3. 胃转流支架的使用寿命是多久

胃转流支架通常可以使用 3~6 个月，具体时间取决于个人情况和支架的类型。到期后，支架需要通过内镜技术取出。如患者需要继续用支架来维持减重效果，可以重新植入新的支架。

4. 术后有哪些常见的不适症状

术后初期可能会出现轻微腹痛、恶心或呕吐、腹胀、饮食不适应等症状，这些症状通常是暂时的，会在几天到几周内逐渐减轻。如果症状持续或加重，应及时就医。

5. 术后饮食有哪些注意事项

术后饮食调整非常重要，宜少量多餐、细嚼慢咽、充分饮水（但避免饭前饭后立即喝水）。可以多吃些高蛋白食物（如瘦肉、鱼肉）、高纤维食物（如蔬菜、水果）、全谷物；少吃或不吃高糖食物（如糖果、甜饮料）、高脂肪食物（如油炸食品、肥肉）、碳酸饮料、辛辣和刺激性食物。

湖南省第二人民医院
(湖南省脑科医院) 消化内科 李盈

精索静脉曲张患者该如何护理？

精索静脉曲张是指精索内蔓状静脉丛的异常扩张、伸长和迂曲，可导致疼痛不适及进行性睾丸功能减退，为男性不育的常见原因之一。那么，精索静脉曲张有哪些症状？又该如何治疗和调护呢？

临床表现

精索静脉曲张的主要症状为患侧阴囊胀大，局部坠胀、疼痛，尤其在劳累、久立后加重，平卧休息后症状可减轻或消失。

治疗方法

精索静脉曲张的治疗主要以手术为主，手术方式有三种，即经腹股沟开放性手术、腹腔镜下精索静脉结扎术，以及显微镜下精索静脉结扎术。其中，显微镜下精索静脉结扎术能更彻底地结扎静脉，保留动脉及淋巴管，手术创伤小，风险极小，术后精液质量改善明显，患者恢复快、复发率低、并发症少。该术式与传统手术相比有明显优势，已成为精索静脉曲张手术的金标准。

预防调护

1. 避免剧烈运动及重体力劳动，避免久站久行，保持大便通畅，以免用力排便时腹压升高，加重病情。

2. 重度精索静脉曲张、局部症状明显，或伴有神经衰弱症状者，可用阴囊托托起阴囊，以防阴囊下坠。

3. 对于轻度精索静脉曲张患者，可选用中药湿敷。取当归、红花、丹参各 15 克，水煎后，待温度适宜，用药液浸湿毛巾外敷患处，每次 30 分钟，每日 2 次。

4. 戒烟戒酒，清淡饮食，适当运动，节制房事。

湖南中医药大学第一附属医院
男性病外科杂病二科 邓贵玉 袁铁峰



做 PET-CT 检查三个“不能急”

PET-CT 检查是近年来新兴的一种检查方法，是诊断早期恶性肿瘤最灵敏的方法之一。它通过一次全身功能和解剖断层显像检查，不仅可以鉴别原发病灶的良恶性，还能发现全身其他部位软组织及骨骼有无转移，有助于肿瘤的分期，能够为下一步治疗提供依据。然而，一些患者得知自己可能患有恶性肿瘤时，希望尽快完成 PET-CT 检查，以便尽早明确诊断，尽早治疗，但俗话说“心急吃不了热豆腐”，PET-CT 检查也是一样，不能太着急，总结起来有三个“不能急”。

检查时间不能急

PET-CT 检查根据不同的检查目的要使用不同的显像药物，这些显像药物经吸收到达病灶后，利用 PET-CT 仪器探测到这些病灶。以最常用的氟代脱氧葡萄糖 (FDG) 来说，患者在检查前要禁食 4~6 小时，避免剧烈运动，糖尿病患者还要提前控制好血糖，预防一些不必要的因素干扰检查结果。因此，做 PET-CT 前要先预约，医院再根据患者情况安排检查时间，这个等待的时间是不能急的。如果匆匆忙忙，不做充分准备，随到随查，不可避免造成一些干扰因素影响检查结果。

候诊过程不能急

患者在预约时间内赶到医院后，医生会先询问患者的病史，并查看之前的病史记录、影像学检查等。由于有些疾病是不断变化的，同样的疾病影像表现可能不完全相同，同样的影像表现也可能是不同的疾病，这就需要医生了解相关疾病的发展过程，并进行综合分析，这个过程是需要时间的。其次，注射显像药物后，通常要 1 个小时左右才能让病灶充分吸收，达到最佳显像效果，此时千万不能因为心情焦急随意缩短等待时间，以免误诊漏诊。另外，为了避免其他组织过多摄取显像药物，患者在等待过程中要保持安静，不要随意聊天、走动。

等待结果不能急

PET-CT 检查完成后，等待结果的过程也是不能急的。经过漫长的准备、检查过程，最后生成上千张检查图像，大概几百兆的数据，这不是检查的结束，而是分析结果的开始。接下来，有经验的影像医生会逐步分析每张图像，发现每张图像中的异常变化，经过判断、分析，得出准确的检查结果，这个过程同样需要花费一定的时间。另外，为了保证检查结果的准确性，通常还需要其他的医生对检查结果进行复核。因此，PET-CT 检查完成后不会立即给出检查报告，而要等待一段时间后才能拿到完整的检查报告。

上海第九人民医院
刘平安 马玉波

健康卡通



下肢肿胀别乱按摩

长期卧床或久坐的人，如果感到腿部胀痛不适，要警惕静脉血栓形成。如果出现下肢肿胀，并由小腿向上发展，说明血栓已经形成。这时要做的是赶快去医院做个血管彩超，千万不要随意按摩，否则容易导致血栓脱落。一旦血栓随血液流入大脑、心脏、肺部，可引起脑梗、心梗、肺栓塞等严重并发症，严重时可危及生命。

图 / 文 陈望阳