

急性腹痛病因多 及时就医很重要

急性腹痛是很常见的临床症状，很多疾病都会引起急性腹痛，且老年人是急性腹痛的高发人群。那么，引发急性腹痛的原因有哪些？老人突发腹痛如何处置？近日，记者采访了阳光融和医院老年医学科主任李云峰。

□潍坊日报社全媒体记者 常方方

引发急性腹痛的原因有多种

前段时间，经济区的孙女士在接孙女放学的路上，突发腹痛，紧接着背部也出现疼痛症状。她忍着疼痛将孙女送回家中后，赶紧到医院就诊，结果被诊断为急性胰腺炎。由于就医及时，孙女士目前已转危为安。

家住奎文区、今年67岁的章先生，有高血压、糖尿病、高脂血症病史，由于近期天气转冷，血压控制不理想，章先生在遛弯时突发左上腹疼痛，并伴有胸闷、出汗、心慌等症状，路人发现其异常后，及时帮他拨打了急救电话，到医院检查后被诊断为急性心梗，经积极治疗，章先生目前已转危为安。

同样是腹痛，可孙女士和章先生的诊断结果却完全不同。李云峰称，急性腹痛根据疾病特征一般分为以下几种类型。第一种是胆绞痛，是胆结石在胆管内嵌顿所致，大多由富含脂肪的饮食所诱发，位于右上腹，并向背部及右肩部放射，多在夜间发作，呈阵发性绞痛，多伴有恶心、呕吐、出汗及发热等症状；第二种是急性胰腺炎，腹痛是急性胰腺炎的主要症状，多为急性发作，呈持续性，腹痛位置一般位于上腹或左上腹，可放射至背部、胸部，多为钝痛或锐痛，还会伴有恶心、呕吐、皮肤发黄及发热等症状；第三种是阑尾炎，起初会有上腹部或脐周疼痛，几小时或十几个小时后疼痛会转移至右下腹，也可能伴有恶心、呕吐、发热等症状；第四种是肾绞痛，是一种间歇性或持续性的、难以忍受的内脏疼痛，由背部肋骨下缘与脊椎交汇处向下放射至腹股沟及大腿，如果累及迷走神经可能会出现恶心、呕吐等症状；第五种是输尿管绞痛，它大多由结石移动、梗阻引起，由肋骨下缘与脊椎交汇处向腹股沟及会阴部放射，低位输尿管结石会引起下腹部不适、尿急、尿频等症状；第六种是腹膜炎，会有全腹部疼痛、腹肌紧张、腹部压疼情况，同时伴有恶心、呕吐、发热等症状；第七种是肠

系膜血栓导致的腹痛，可能为间断性或持续性发作，疼痛剧烈，同时还可能伴有呕吐，呕吐物中可能是食物，也可能是咖啡色液体，严重时会有黑便、发热等症状；第八种是十二指肠穿孔引发的上腹部剧痛，呈持续性的刀割样或烧灼样痛，阵发性加剧，此后可能出现腹膜炎表现，如板状腹、全腹压疼及反跳痛等；第九种是急性心梗引发的腹痛，左上腹疼痛是心梗的表现之一，持续15分钟以上不能缓解，伴有胸闷、憋气、出汗、胸前区压榨感、濒死感等。

出现急性腹痛切勿自行用药

今年82岁的市民王女士近期突然腹痛，且伴有恶心、呕吐的症状，她以为是饮食不当所致，服用药物后症状却没有好转。随后，家人带她到医院检查，被诊断为腹膜炎。“可能是老年人感觉迟钝，疼痛感不强烈，幸好及时带她就医准确诊断出病情。”王女士的女儿说。

李云峰称，老年人由于感觉迟钝，有时疼痛感可能不剧烈，且疼痛部位定位不准确，确定具体病变比较困难，因此一旦出现急性腹痛，应及时到医院就诊，不要乱服止痛药物。因为急性腹痛大多起病较急，患者如果服用不恰当的止痛药物，不仅不会缓解症状，还会加重病情。自行服用药物后，还会掩盖症状、贻误诊断和治疗。此外，不要随意按摩腹部；未查明病因前不要热敷，热敷虽能暂时缓解急性腹痛的症状，但不是所有的急性腹痛都适合热敷。老年人出现腹痛时，一定要先查明病因，再进行正确护理。

李云峰提醒，老年人在日常生活中要饮食清淡，尽量不吃过于油腻的食物，多吃菠菜等富含草酸的青菜；预防泌尿系结石；多饮水、多运动等。



健康宝典

老年人指甲变厚是怎么回事

指甲的作用是保护手指，健康指甲的表面是平滑光洁的。如果老年人的指甲变厚，且甲面凹凸不平，一定不能忽视，这可能是某种疾病的前兆。老年人指甲变厚到底是怎么回事？12月9日，潍坊市第二人民医院老年医学科副主任医师刘艳针对老年人指甲变厚的问题作出详细解答。

□潍坊日报社全媒体记者 常方方

指甲变厚主要与这些因素有关

年龄增长。随着年龄增长，人体细胞的新陈代谢能力和再生能力减弱，构成指甲的角质层代谢速度逐渐减弱，从而导致指甲部位角质层大量堆积，出现指甲变厚的现象。这种情况一般不需特殊处理，平时做好手指和指甲的清洁即可。

灰指甲。出现指甲变厚也可能是感染了真菌。指甲感染真菌后，甲板角质被侵蚀，造成甲板浑浊、增生、肥厚等情况，常表现为指甲变厚、指甲下面的肉跟指甲一起生长，还会伴有指甲表面凹凸不平、指甲变脆易碎、指甲分层、指甲变色、甲板翘起、甲板萎缩、钩状甲、甲沟炎等。出现灰指甲后，如果不及时治疗，可能加重病情，最终还可能导致甲板脱落，增加治愈难度。

慢性疾病。部分老年人出现指甲变厚的情况是由慢性疾病所引起的，主要包括慢性呼吸系统疾病、甲状腺疾病、淋巴腺疾病等。受到这些疾病的影响，会导致机体的血液循环速度减弱，因末梢血液循环障碍造成甲板营养不良，进而导致甲板变厚。

外伤。指甲变厚不排除局部外伤导致，因为局部外伤会影响肢体末端的供血情况，从而导致指甲生长缓慢，并且会出现角质层角化堆积的现象，久而久之便会出现指甲变厚的情况。

发现指甲变厚要对症治疗

对多数人而言，剪指甲是小事，可有些老年人因为这件“小事”发愁。家住奎文区、今年83岁的宋女士，几年前双脚大拇指指甲变厚，每次剪脚指甲都很费劲，这让她特别苦恼。“本来年纪大了，就有点够不着脚，脚指甲还又厚又硬，很难修剪。这种情况已有多年了，不知道还能不能治好。”宋女士说。

无独有偶，高新区市民张先生也是脚指甲增厚，每次剪脚指甲都要很长时间。张先生以为脚指甲变厚是年龄增大引起的，并未及时到医院检查。

刘艳表示，指甲变厚的情况多发于老年人群。因此，老年人需要注意自己的身体状态，如果指甲变厚的同时还伴有全身不适的症状，需要及时去皮肤科就诊，明确指甲变厚的原因，再对症治疗。老年人不要自行用药，以免延误病程，导致迁延不愈。日常生活中，老年人要注意保护指甲，保持指甲卫生。饮食上注意营养均衡，增强自身免疫力。此外，避免指甲受到外界不良因素的刺激。

老年人在剪指甲前，最好先用温水浸泡一会儿，使指甲变软后再剪，这样不容易造成损伤。此外，指甲锉是好用、安全的修甲工具，可先用指甲刀一点一点地剪，再用指甲锉一点一点锉平，交叉进行。