

## 寻医问药

大学生小明百米跑后突然左侧胸痛并胸闷,外院诊断为气胸并建议住院治疗,他因症状缓解自行离院,谁知第二天更难受,来到潍坊市第二人民医院(潍坊呼吸病医院)胸心外科就诊,胸部CT显示双侧气胸伴双肺尖多发肺大疱,胸心外科食道诊疗组组长、副主任医师曹望凯用微创手术一次解决了他双肺的肺大疱问题,三天后小明又能活蹦乱跳了。气胸到底是怎么回事?曹望凯作出详细解答。

□本报记者 王路欣

# 气胸到底是怎么回事

## 什么是气胸

气胸是指气体进入胸膜腔,造成积气状态,称为气胸,可分为自发性气胸和创伤性气胸。

创伤性气胸是由外力损伤引起。而自发性气胸多是因为肺大疱破裂引起的,肺大疱是指肺组织中形成的直径超过1厘米的含气囊腔。这些大疱通常是由于肺泡壁破裂,互相融合而形成的。肺大疱分先天性和后天性两种,先天性肺大疱常发于高瘦体型的年轻人,在青春期胸廓纵向生长较快,肺部为适应胸廓容量被动拉伸,导致肺尖部弹力纤维发育不良,易形成肺大疱;后天性多继发于肺部慢性炎症和慢性阻塞性肺病,包括慢性支气管炎、肺气肿、肺炎、肺结核等炎症性疾病,以及长期吸烟等不良生活习惯。肺大疱破裂可能在剧烈咳嗽、屏气或剧烈运动后发生,也可能在休息和睡眠中发生。

情绪激动、吵架、大笑、大声喊叫或者憋气,以及一些身体在瞬间爆发的运动,如百米冲刺跑、举重、篮球、跳高、拳击、俯卧撑、拔河等,也容易诱发气胸。

## 如何治疗气胸

**保守治疗:**适用于首次发作且肺压缩<30%的患者,呼吸平稳且有充分卧床、适当吸氧。避免增加胸腔压力的动作(如剧烈咳嗽、用力排便、屏气等)。少量气胸(肺压缩<20%)通常1周-2周可自行吸收,需密切观察病情变化。

**排气疗法:**急救首选,一般适用于肺压缩≥30%的患者,胸闷症状明显。急救可采用胸膜腔穿刺抽气或者胸腔闭式引流术。但该方法对多发性肺大疱患者效果有限,复发率较高,需结合临床评估后续治疗。

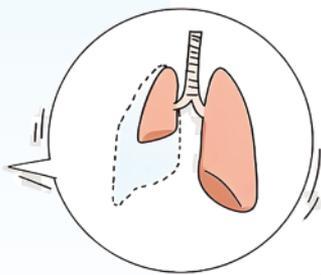
**手术治疗:**根治肺大疱破裂需手术切除,目前微创技术已成主流,胸腔镜下肺大疱切除术创伤小(切口约3厘米)、术后疼痛轻、恢复快(住院3天-5天)且并发症少,恢复快。有这些情况的患者需要手术治疗:CT可见患侧肺部明显肺大疱者;有两次发作及以上的反复多次发作者;胸腔闭式引流1周末愈合者。

## 如何避免气胸

控制咳嗽、便秘等增加胸腔压力的行为,戒烟可降低气胸发生风险。

规避抬重物、潜水、跳伞等需屏气的活动,健身时避免过度负重。可参加一些适当的体育活动,如慢跑、打太极拳、步行等,尽量增加肺活量的增强耐力,促进足够的氧气进入体内,但切忌剧烈活动,以免造成肺大疱破裂。

避免呼吸道感染,发现肺部感染时一定注意休息,积极按医嘱抗感染治疗。对于慢性阻塞性肺疾病、支气管哮喘等原发性疾病,积极治疗,改善肺功能。如出现突发胸痛、呼吸困难等症状,应立即就医。



# 腹部不适 警惕胃石症的发生

## 什么是胃石?

由于摄入了某些植物成分或吞入毛发及某些矿物质,在胃中既不能消化,又不能及时进入肠道,因此在胃内凝结而形成异物,统称为胃石症。这是一种少见的消化道异物。胃石按其组成成分不同可分为植物性、毛发性及混合性3种,临床上最多见的是植物性的胃石。我国的胃石主要与食用柿子、黑枣、山楂等食物有关,其中胃柿石最为常见。

## 谁是胃石症的高危人群?

**老年人:**60岁以上老人胃排空速度减慢,胃部处理食物能力变弱,更易形成胃石。

**胃手术史患者:**曾接受胃部手术的患者,因幽门功能丧失和胃动力不足,形成胃石风险显著增加。

**糖尿病和便秘患者:**这类人群胃肠蠕动慢,胃石形成风险升高。

**空腹或酗酒者:**空腹吃高鞣酸食物会使胃酸浓度急剧上升,增加胃石形成可能性。

## 如何有效预防胃石症?

避免空腹吃大量柿子、山楂或黑枣等,特别是柿子和萝卜同时吃。避免酒后、饮茶后吃柿子、山楂或黑枣等。平时有烧心、反酸等胃酸分泌过多的人应避免食用上述果品。胃动力差、胃排空延迟的老年人及小儿应避免食用上述果品。避免高蛋白饮食前后吃上述果品。高蛋白

饮食如:海鲜(螃蟹、虾等)、禽畜肉(牛肉、鸡肉等)及奶制品。克服嚼食毛发的怪癖等。

## 如何知道自己可能得了胃石?

如果您有空腹及过量吃山楂和柿子的病史,并有腹部不适、疼痛、胃灼热、饱胀感、食欲不振、反酸、吞咽困难、恶心、呕吐等消化系统症状,请及时到专业科室就诊,必要时还是要做个CT检查确诊一下,CT检查能够比较直观观察到胃石的大小、数量、位置和有无症状表现。

## 有胃石也不要惊慌,且看如何治疗?

**药物治疗:**胃石一般较硬、较大,可先予碳酸氢钠注射液+抑酸药物口服3天-5天,改变胃内低酸的环境,有利于胃石的裂解,也可使其软化,便于粉碎。药物可使胃石变软、变小,便于内镜下治疗,也可以形成小的胃石自行排除,但要警惕部分较大的胃石排入小肠形成小肠梗阻。

**内镜治疗:**用内镜下相关器材绞碎后的胃石,小的可自行排出,大的需从胃内取出,以免排入肠道后引起肠梗阻。对于较硬的胃石需用内镜下激光碎石、引爆碎石法、热探头碎石等方法治疗。

**手术治疗:**对于胃石伴有大出血、穿孔、肠梗阻及部分内科治疗失败者,需要外科手术治疗。

胃石症的关键在于预防。改变不良饮食习惯,积极治疗胃肠道动力障碍性疾病以防止胃石形成。

潍坊市中医医院医学影像科 史晓林

## 开栏语

# 来问医生

直面疾病困惑、解读体检报告、获取养生建议、分享医学科普常识……为给广大读者提供便利,一起迎接更加健康的人生,即日起,本报推出“来问医生”栏目。如果您有健康问题,欢迎来问!本栏目为您连线权威医师,答疑解惑,守护健康每一步!

关注健康,关注生活。欢迎广大医务工作者和市民朋友扫码进群交流。



投稿邮箱:wanbaozhoukan@163.com



# 世界肝炎日 一起守护“小心肝”

□本报记者 王路欣

今年7月28日是第15个“世界肝炎日”,今年的主题是“社会共治,消除肝炎”,旨在进一步提升全民防治意识,号召全社会积极行动,最大限度遏制新发肝炎病毒感染,实现“消除病毒性肝炎公共卫生危害”的目标。什么是病毒性肝炎?病毒性肝炎的诊断是怎样的?潍坊市第二人民医院(潍坊呼吸病医院)的专家为您解答。

## 什么是病毒性肝炎?

病毒性肝炎是指由肝炎病毒感染引起的,以损害肝脏为主要表现的一组全身性传染病,属于《中华人民共和国传染病防治法》规定报告的乙类传染病。根据病毒类型不同,病毒性肝炎可分为甲肝、乙肝、丙肝、丁肝、戊肝和未分型肝炎,都具有传染性,但主要的传播方式和引起疾病的严重程度略有不同。

## 病毒性肝炎的诊断是怎样的?

病毒性肝炎的诊断需结合症状评估、血液检测、影像学检查及肝活检(必要时)综合判断,核心是通过血清学标志物和核酸检测确认病毒类型(如甲、乙、丙、丁、戊型肝炎病毒)。

## 病毒性肝炎如何预防?

**接种疫苗:**乙肝疫苗是预防乙肝最有效的方式,新生儿出生后需按“0-1-6月”程序全程接种,高危人群(如医护人员、性伴侣感染者)需定期检测抗体并补种;甲肝疫苗建议儿童及前往甲肝流行地区的成人接种;戊肝疫苗在我国已获批,高危人群(孕妇、慢性肝病患者)可选择性接种。

**切断传播途径:**避免生食或半生食海鲜、贝类,饮用煮沸的水,水果蔬菜彻底清洗;饭前便后、处理食物前用肥皂和流动水洗手;避免共用注射器、剃须刀、牙刷等可能接触血液的物品;文身、穿耳洞等需确保器械严格消毒;使用一次性注射器,输血前严格筛查血液制品;乙肝表面抗原阳性孕妇需在孕期检测病毒载量,新生儿出生后12小时内接种乙肝疫苗和乙肝免疫球蛋白。

总的来说,早期肝炎导致的肝脏受损经过系统的健康调整和治疗是可以恢复的。肝炎患者需要通过定期、定向体检来时刻关注自身肝功能情况,做到早发现、早干预。