

注意，胃痛不一定是胃病

谢国春

四川省南充市嘉陵区新场乡卫生院 四川南充 637943

【中图分类号】R161

【文献标识码】A

【文章编号】1005-4596 (2019) 03-070-01

胃痛，顾名思义，是以上腹胃部经常发生疼痛为主症的病症，本病发生的愿意主要是寒邪犯胃、情志不畅、饮食失节、肠胃虚弱等几个方面。这些因素只有在脾胃功能减弱、抗病能力下降的情况下，才能趁虚而入。胃痛是一种症状而不是一种独立的疾病，可因感染、外伤、营养缺乏、代谢紊乱、肿瘤等多种因素导致。

很多人一想到胃痛，心里就会冒出来一个词“胃病”。那么胃痛一定是胃病吗？胃病可能是严重疾病的信号，根据病因、病性等可将胃痛分为七大类、即十二指肠溃疡、十二指肠溃疡吐血、急性胃炎、慢性胃炎、胃下垂、胃癌和胃肠功能紊乱。造成十二指肠溃疡的病因尚不完全明确，目前明确的病因为吸烟、心理紧张、饮酒、幽门螺旋菌感染等。

急性胃炎包括急性单纯性胃炎、急性腐蚀性胃炎、急性糜烂性胃炎。慢性胃炎根据胃纤维镜检查分类，表现为浅表性、萎缩性和肥厚性三种病理变化。所以分为浅表性胃炎、萎缩性胃炎以及肥厚性胃炎的区别。慢性胃炎与长期饮用烈酒、浓茶、咖啡等或是经常吃辣椒、芥末等有关。胃下垂是一种慢性疾病，是指站立时胃下缘达盆腔，胃小弯弧线最低点低于髂棘连线以下的一种慢性疾病。胃癌在我国的发病率居于消化道肿瘤的首位，病因尚未完全明确，可能与饮食、环境、遗传等因素有关。胃肠道功能紊乱是一组胃肠综合征的总称，它包括神经性呕吐、神经性厌食、肠易激综合征等。

那么，到底哪些胃痛需要就医呢？一，伴有高热急性胃痛。有不少的胃痛患者常常伴有高热，而急性胃炎的症状之

一就是体温突然升高的急性胃痛，患有这类疾病的患者病情恶化迅速铭刻在数小时或2~3天内发展成毒血症和休克，甚至危及生命。二，吞服腐蚀剂而引起的胃痛，本病是一种严重的内科急症，必须及早抢救。有些腐蚀剂吸收后还会引起全身中毒，出现呼吸困难，肾脏损伤不可逆等症。三，压痛。所谓压痛，就是指用手缓慢压迫腹壁时，病人感觉疼痛。这是腹膜炎的典型症状，腹膜炎的范围越大，压痛区域也越大。四，伴有放射样疼痛的胃痛。胃和心脏的位置贴近，故此病常常与心痛相混淆，注意要排除心脏病之心绞痛。心绞痛发生在前胸正中，多在身体劳作后或情绪过于激动时发作。而胃痛没有这些症状。五，伴有食欲明显减退的慢性胃痛，如果患者原来就有胃炎史或胃溃疡，现在突然食欲减退并且疼痛发生变化。这正是胃癌的征兆……

另外我们也应当多注意老年人突然出现的胃痛，因老年患者反应比较迟钝，及时存在严重情况，主管可不感觉腹痛、压痛等，白细胞、体温升高不多。甚至不升，因此，当老年人表现出胃痛时要特别注意。

胃痛背后的信号多种多样，很多种疾病都有胃痛这一症状，所以一旦突然发现胃痛，切不可掉以轻心。以免错过最佳的治疗时机，追悔莫及。平时我们也要注意作息时间规律，饮食健康并按时按量，不可胡吃海喝，暴饮暴食或饥饿成习。少吃刺激性食物，如烟、酒、咖啡、浓茶等，同时加强体育锻炼以提高自己的免疫力，不可过度劳累，紧张，保持心情愉悦，从根本上拒绝疾病的发生。

胆结石术后如何“吃”

张忠清

成都市青白江区人民医院 四川成都 610300

【中图分类号】R575.62

【文献标识码】A

【文章编号】1005-4596 (2019) 03-070-02

胆结石是一种发病率非常高的胆道系统疾病，目前临床对于胆结石疾病的治疗主要以手术治疗为主，胆结石发作时会引起患者出现剧烈的疼痛感，并伴有恶心呕吐等消化道症状，严重危害患者的健康。临床对于胆结石治疗的手术方式较为多样化，包括开腹胆囊切除术、腹腔镜胆囊切除术、腹腔镜胆总管切开取石术以及新型的胆道镜取石术和十二指肠镜取石术等。根据胆结石患者的具体情况选择合理的手术方式进行治疗，都能够达到解除梗阻，消除疼痛症状的目的。

对于行手术治疗的胆结石患者来说，不管采取的是哪种手术方式，均会对机体造成一定的损伤，加之有部分患者进行了胆囊切除治疗，且临床研究指出，胆结石的发病与饮食习惯、饮食结构具有密切的关系。因此患者术后饮食需格外注意，

科学合理的饮食安排，对于促进患者术后康复是非常重要的。以下笔者就对胆结石术后患者该如何“吃”这一问题进行介绍：

◆胆结石术后患者的饮食禁忌

①胆结石术后患者要严格限制高胆固醇、高脂肪含量及心理刺激性食物的摄入，常见的高胆固醇食物包括动物内脏、动物脑、蛋黄、松花蛋、巧克力、鱼子等。高脂肪含量的食物主要包括肥肉、猪油、油炸食品、糕点。常见的辛辣刺激食物主要有辣椒、胡椒等调味品及辛香料等。如果进食过多的高脂肪含量食物会引起胆囊发生收缩，从而引起疼痛。而高胆固醇食物则是引起结石的主要原因。进食辛辣刺激性食物会刺激胆囊，发生收缩，增加结石的发生，同时也不利于患者的术后切口康复。②胆结石术后患者还需控制糖的摄