

成功开展腹腔镜袖状胃切除术 晋江市医院：助超重患者轻装上阵

近年来,腹腔镜袖状胃切除术作为一种减肥手术方法,因其安全可靠和显著的效果而备受人们的关注。据了解,这种手术方法是通过缩小胃的容量,降低食物摄入的热量,从而达到减肥的目的。值得一提的是,该手术是一种微创手术,通过腹腔镜完成,手术切口小,恢复快。更重要的是,这种手术方法对身体的危害性极小,但效果却十分显著。对于那些渴望快速减肥,但又不想对身体造成太大负担的人来说,无疑是一个新的选择。

近日,晋江市医院(上海六院福建医院)胃肠外科/疝与腹壁外科就成功为一名体重超重的肥胖患者完成腹腔镜袖状胃切除术,术后一周,该患者明显减重。



▲袖状胃切除术中。

体重“爆表”微创手术帮大忙

“瘦了,瘦了,才一周,体重减轻了30斤,真是太好了。”近日,在晋江市医院(上海六院福建医院)胃肠外科/疝与腹壁外科,市民陈博(化名)高兴地说。不久前,陈博由于肥胖,在该院成功接受腹腔镜袖状胃切除术。一周复查时,他惊喜地发现,站在体重秤上自己已经成功减重30斤。“减掉那么多肉,现在感觉身体轻快多了。”谈及术后的感受,陈博这样说。

据悉,陈博在体重质量(BMI)高达39.2kg/m²,合并有II型糖尿病、高血压、高血脂等代谢问题。减重无路的他来到晋江市医院,希望寻求专业、科学的减重治疗。6月13日,在麻醉科副主任卢清旺、王国光主治医师和手术室护士的全力配合下,胃肠外科/疝与腹壁外科医疗团队经过周密的筹备,成功为该名患者开展了腹腔镜袖状胃切

除术,手术用时1小时,出血仅20ml。由于患者胃大弯切除后,胃的体积变小,患者的进食量比以前明显减少,经过精心护理,术后一周,陈博顺利出院。

“该术式是当前国际、国内的主流减重手术方式,是肥胖症患者的理想选择。”据胃肠外科/疝与腹壁外科主治医师王怀帅介绍,腹腔镜下胃袖状切除术是利用腹腔镜把胃的大弯垂直切割下来,只留下小部分像衣袖形状的胃,主要用于减重和II型糖尿病患者治疗。其优点是创伤小、疼痛轻、恢复快,不改变胃肠道的生理状态,不干扰食物的正常消化和吸收过程。通过这种手术方式,可以减少胃的容积,达到控制食物摄入、减少饥饿素分泌、降低食欲的目的,从而帮助肥胖患者降低体重、减轻胰岛素抵抗、有效缓解糖尿病。同时,腹腔镜下袖状胃切除术为微创手术,切口小,愈合后腹部几乎看不到切口,术后恢复较快,并发症较少。



▲术前一周和术后一周对比,减重近30斤。

肥胖患者的新选择

记者了解到,此次腹腔镜袖状胃切除术的顺利实施,标志着晋江市医院胃肠外科/疝与腹壁外科在微创技术领域迈出了新的步伐,为晋江市及周边地区的肥胖症患者提供了新的治疗选择。

随着生活质量的不断提升,超重和肥胖人群日益增多。超重/肥胖人群最常见的并发症是脂肪肝、前驱糖尿病、血脂异常和高血压,伴有严重的心理负担和抑郁风险等。近年来,该院胃肠外科/疝与腹壁外科在树兰医院长期派驻的胃肠外科专家、叶再元教授团队指导下开展了多项新技术。竺杨文主任是我国首批将腹腔镜袖状胃切除术用于治疗肥胖症的专家学者,有着丰富的手术治疗和肥胖症慢病管理经验。在竺杨文主任的指导下,胃肠外科/疝与腹壁外科规范化、常态化开展减重代谢疾病的诊治工作,为体重超重的患者及糖尿病患者实现科学减重的梦想。

王怀帅提醒,腹腔镜袖状胃切除术虽好,但也不是人人都适合,肥胖症患者一定要前往正规医院就诊,听从医生的建议选择适合自己的减肥方案。患者还应养成良好的饮食和运动习惯,才能确保达到满意的减重效果。

夏季养心正当时

从中医角度来讲,“汗为心之液”,汗液大量排泄,会损伤心气,也会导致心阴虚,使得夏季心脑血管病多发。因此,夏季养心要把握四个原则:补水、养阴、生津、养心安神。

补水养阴这样做

咱晋知名中医蔡文墨介绍,夏季气温高,人会在不知不觉中因脱水而出现中暑、晕厥等问题,所以一定要及时补水,不要等口渴了再喝。而且,不要喝冰水,水温选择8℃-12℃最好;不要一次性大量喝水,这样容易使血液稀释和血量突然增加,从而增加心脏负担,诱发心血管疾病,补水一定要记住四个字“少量多次”。

夏季饮食以滋阴润燥的食物及水果为主,如怀山药、芝麻、鸭肉、荸荠、甘蔗等,平时可以用百合、沙参等滋阴润燥的中药材来泡水、熬粥或煲汤。另外,夏季昼长夜短,阳气充盈,阴气不足。因此,睡眠时间也要做一定的调整,就寝时间为晚上10:00-11:00,早晨起床时间为5:30-6:30为宜。

生津养心更安神

“从中医的角度来说,夏季火热,苦味有降火的作用,所以苦味食物适合夏季。同时,人们在夏季出汗较多,容易丢失津液,而酸味有生津液的作用,所以将苦味食物和酸味食物搭配起来一起吃,能帮助人们降火生津。”蔡文墨介绍,苦味食物的代表是苦瓜、苦瓜性寒,能够清热、消暑、解毒;酸味食物的代表是酸梅,酸梅具有生津止渴、敛肺止咳、涩肠止泻的功效。

夏季自然界阳气渐长,阴气渐弱,相对于人体脏腑来说,夏与心相通,所以人体肝气减弱,心气渐强。人们的火气也会随之增加,建议不要大喜大怒大悲,凡事放宽心,才能达到降心火的目的。而且炎炎夏日,容易让人心神不安、失眠多梦。从中医理论看,每天的中午11-13点是心经活跃的时段,建议上班族或老年人在这个时间段注意养神,可以通过午休为身体储备能量。午休时,如果在睡不着,可以试试闭目养神。另外,最近全国各地气温逐渐攀升,很多既往有心脏病史的患者应提高警惕。要遵医嘱坚持服药,需要调整药物时,如改变用药剂量或增减某种药物,要在医生指导下进行;有心绞痛发作史的患者可预防性地用药。治疗期间,如心绞痛持续发作,需要及时入院治疗。

“医”起来科普 晋江市中医院：健康宣讲持续进行

理论宣讲,重在贴近实际。为充分发挥党建引领和辐射作用,持续兴起学习宣讲热潮,今年6月份,晋江市中医院党委围绕中医药文化、医疗、健康等话题,组织青年医师宣讲团成员深入社区“党建+”邻里中心、机关、学校、乡村开展健康宣讲活动12场,进一步推动健康科学知识宣讲和普及,传递党的“好声音”,持续增进民生福祉。

该院青年医师宣讲团积极开展科普宣讲活动,6月共计开展12场活动。急诊科张转喜医师走进陈塘江头幼儿园,风湿免疫科张澄坦医师走进磁灶中学,动物咬伤科庄鸿志医师走进晋江市公安局执法办案管理中心,针灸推拿科黄永钦医师走进西园街道办事处,内科林必兰护士走进象山社区老年学校,福建省名老中医郭森仁走进青阳街道老年学校,泌尿外科许昭亭医师走进竹园小区……

下一步,晋江市中医院将继续以群众需求为导向,持续创新探索更多举措,开展形式多样、内容丰富的健康宣讲活动,有效扩大宣讲宣传覆盖面,推进中医药健康知识普及,传递科学理念,提升全民健康素养。



讲解急救知识并进行现场演练。

开展中医外治义诊。



本期聚焦

夏日慎防胃肠疾病



夏日炎炎,气温节节攀升,高温不仅让人们汗流浹背,还容易导致一系列胃肠问题。高温环境下,细菌繁殖加快,食物易腐败,使得我们在夏季更容易患上胃肠疾病。本期聚焦,我们将与大家共同探讨夏日胃肠疾病的常见类型、预防措施、治疗措施及日常养生建议,帮助大家度过一个健康愉快的夏天。

案例：患者受凉引发腹泻

在晋江市中医院脾胃病科门诊室外,候诊位上躺着一名20多岁的年轻患者,正在等待检验结果,捂着肚子不住呻吟。“他从今天凌晨开始腹泻,肚子疼得直不起腰。”一旁陪伴的家人不停地为他擦拭脸颊和身上的汗水。不一会儿,检查结果出来了,不是夏日常见的感染性腹泻。接诊的医生王施君检查后,发现连日高温天气,这名患者将空调温度调得很低,夜里在冷气十足的空调房睡觉受了凉。

“这属于胃肠痉挛引起的腹痛和腹泻。”王施君解释,冰冷饮食和空调直吹都可能导致胃肠黏膜受到冷刺激,引发胃肠痉挛。除胃肠痉挛外,常见胃肠疾病类型还包括食物中毒(摄入被细菌、毒素或化学物质污染的食物后,出现恶心、呕吐、腹痛等症状)、消化不良(因饮食不当、压力过大等原因导致的胃肠功能紊乱,表现为腹胀、嗝气、食欲不振等)。她提醒市民:炎炎夏日别贪凉,警惕胃肠道疾病!

支招：夏日宜温养脾胃

高温环境下,食物易滋生细菌,而人们往往贪凉、贪食冷饮,这会导致胃肠功能紊乱,从而引发腹泻、食物中毒等胃肠疾病。

那么,我们该如何预防呢?王施君建议,首先保持饮食卫生,避免进食不洁食物,注意餐具消毒,饭前便后洗手。其次,要避免暴饮暴食,合理安排饮食,避免过度贪凉、贪食冷饮,保持胃肠功能的稳定。最后,要注意腹部保暖,避免腹部受凉,穿着透气、舒适的衣服,保持室内空调温度适宜。日常养生可以喝些酸奶调节肠道菌群。酸奶富含益生菌,有助于维持肠道菌群的平衡,增强胃肠免疫力。夏季出汗多,易导致体内水分和电解质失衡,大家还可适量喝汤补充水分及电解质。

如果发生腹泻,应根据病因选用合适的抗生素或抗病毒药物,同时补充水分和电解质,防止脱水。出现消化不良,应调整饮食结构,减轻胃肠负担,可服用助消化药物或益生菌改善胃肠功能。在患病时及时就医,采取适当的治疗措施,以免病情加重。

健康问答

蚊虫叮咬可用肥皂水止痒

读者:蚊虫叮咬如何止痒?
晋江市深沪镇卫生院医务人员:进入7月,气温不断升高,蚊虫密度开始增加。蚊虫叮咬以后不要反复抓挠,一般10-15分钟后,痒感就会明显消失;也可用肥皂水或盐水清洗止痒,或可用复方炉甘石洗剂等外用药物进行处理。此外,要进行蚊虫防治,搞好室内外卫生。比如,清除废旧杂物,减少蚊虫栖息场所,水生植物的水体每周换水一次,房前屋后不常用的盆罐应清除或倒置存放,防止积水。检查修缮自家的纱窗、纱门。使用蚊帐、灭蚊灯、电蚊拍等物理方式,也可以使用液体蚊香、气雾罐等杀灭蚊虫。户外活动穿浅色衣物、长衣长裤,可以抹一些驱蚊剂或使用含有有效驱蚊成分的驱蚊花露水。



晋江市中医院急诊科负责人张转喜

健康课堂

夏日“蒸烤模式”开启 这份防暑攻略快收藏

7月的晋江,高温、潮湿且闷热。烈日炎炎,预防中暑成了当务之急。在这“热浪滚滚”的天气,极易发生中暑。然而,中暑是什么?如何预防中暑带来的危害?一旦中暑了该怎么处理?本期健康课堂为你解答。

热射病。重症中暑挺危险的,轻症中暑如果不及时处理也会发展成重症中暑,所以还是要引起重视。

如何判断是否中暑

“大汗淋漓、四肢无力、口干口渴……”莫不是中暑了?中暑到底有哪些表现?中暑后该怎么处理?张转喜介绍,中暑起病急,大多数患者有头晕、眼花、头痛、恶心、胸闷、烦躁等前驱症状。按病情的严重程度,中暑一般可分为3种类型,即先兆中暑、轻症中暑和重症中暑。先兆中暑表现为大量出汗、口渴、头晕、耳鸣、胸闷、心悸、恶心、四肢无力等症状。体温正常或略有升高,一般<37.5℃。轻症中暑,除有先兆中暑症状,同时表现为体温>38.5℃,伴有面色潮红、胸闷、皮肤灼热、面色苍白、恶心、呕吐、大量出汗、皮肤湿冷、血压下降和脉搏细

弱而快等。重症中暑按发病症状与程度,可分为热痉挛、热衰竭和热射病。

热痉挛表现为肌肉疼痛或抽搐。通常发生在腹部、手臂或腿部,常呈对称性,时而发作,时而缓解。热衰竭起病迅速,其症状包括眩晕、头痛、恶心或呕吐、大量出汗、脸色苍白、极度虚弱或疲倦、肌肉痉挛、昏厥。热衰竭患者的皮肤可能冰凉且潮湿,血压下降,脉搏快且虚弱,呼吸急促且浅,体温稍高或正常。热射病表现多样,包括头晕、搏动性头痛、恶心、体温极高,皮肤红热且干燥无汗,冰冷,意识模糊,口齿不清,不省人事。若救治不及时,可导致死亡或残疾。

中暑应如何应对

张转喜解释说,热痉挛患者,应停止一切活动,静坐在凉爽的地方休息,饮用稀释、清爽

的果汁或运动饮料。如果患者有心脏病史,或1小时后热痉挛的状况还没有消退,应及时呼叫“120”或就医。热衰竭患者,应立即休息,饮用凉爽且不含酒精的饮料,条件允许的情况下洗个凉水澡或用凉水擦拭身体,同时打开空调并换上轻便的衣服。此外,可服用人丹或藿香正气水。热射病患者,生命安全存在威胁,应立即采取如下措施。

不应犹豫,立即拨打“120”,同时开始进行救治。将患者转移到通风、阴凉、干燥的地方,如走廊、树荫下。让患者仰卧,解开衣扣,脱去或松开衣服。如衣服被汗水浸湿,应更换干衣服,以尽快散热。应在现场想尽一切办法尽快为患者进行物理降温,如用凉湿毛巾或冰袋冷敷头部、腋下及大腿根部等。若患者肌肉发生不自主的抽搐,注意避免患者伤害到自己。如果发生呕吐,可让患者侧卧,确保其呼吸道通畅。