

# 腹痛、腹胀、早饱 你已患上功能性胃肠病

什么是功能性胃肠病(FGID)? 功能性胃肠病(FGID)的发病机制是什么? 5月10日上午9:30~10:30, 本报健康热线0551-62623752, 邀请了合肥市第三人民医院消化内科主任张承顺, 与读者交流。

□ 傅喆 记者 马冰璐 文/图

## 症状表现为腹痛、腹胀、恶心等

读者: 什么是功能性胃肠病(FGID)?

张承顺: 功能性胃肠病(FGID)是指具有慢性和复发性消化道症状, 但缺乏解剖、生化和病理学变化等器质性疾病依据的临床症候群, 主要表现为腹痛、腹胀、恶心、早饱、呕吐、腹泻及排便困难等。最常见、最典型的代表疾病是功能性消化不良(FD)及肠易激惹综合征(IRS)。

## 功能性胃肠病并不是一种单一疾病

读者: 功能性胃肠病(FGID)的发病机制是什么?

张承顺: 它并不是一种单一疾病, 而是以生物-心理-社会的综合模式引起的发病; 其次, FGID同时存在动力和感觉异常, 与脑肠轴调节障碍相关。曼谷会议将胃肠动力疾病定义为神经控制障碍导致的胃肠运动(感觉)疾病。

## 病体分为食管疾病、肠道疾病等

读者: 功能性胃肠病(FGID)的分类有哪些?

张承顺: 功能性胃肠病(FGID)主要分为:

- A. 食管疾病
- B. 胃十二指肠疾病
- B1: 功能性消化不良
- B2: 吞气症
- B3: 功能性呕吐
- C. 肠道疾病
- C1: 肠易激惹综合征
- C2: 功能性腹胀



张承顺 主任医师, 熟练开展电子胃肠镜的检查及内镜下的相关治疗工作, 擅长胃食管反流病、慢性胃炎、消化性溃疡及HP感染诊治, 肝硬化顽固性腹水的治疗。

- C3: 功能性便秘
- C4: 功能性腹泻
- C5: 非特异性肠功能紊乱
- D. 功能性腹痛
- E. 胰管胆管功能紊乱
- F. 肛门直肠功能紊乱

## 幽门螺杆菌感染是病因之一

读者: 功能性消化不良(FD)病因及发病机制有哪些?

张承顺: 功能性消化不良(FD)病因及发病机制主要包括:

- 1、胃酸的作用;
- 2、消化道运动异常;
- 3、内脏感觉过敏;
- 4、幽门螺杆菌感染;
- 5、精神与应激因素;
- 6、粘膜低度炎症和免疫。

## 坚持良好饮食习惯 身体精神又年轻

星报讯(王玉荣 记者 祁琳) 合肥瑶海区濉溪东路社区居民王文芳, 退休5年多了, 现在的“工作”就是忙着带孩子。王阿姨给人温柔之感, 整体状态显得很年轻。说起自己的养生之道, 王阿姨说保持良好的饮食习惯。

王阿姨说, 因女婿是福建人, 她带孩子

住在女儿家中, 所以, 饮食上也照顾到了女婿的意见, “他们爱煲汤喝, 我们家里就经常煲汤, 放一些海鲜干类。”许是汤汤水水的作用, 王阿姨在饮食上一直自控, 并不会暴饮暴食, 此外, 她也控制着大家的饮食。“吃饭不能一味贪多, 要均衡和控制。”

## 产妇喝汤有讲究 妈妈宝宝营养要保障

专家: 应该连肉带汤一起吃

星报讯(杨艳红 刘亚萍 记者 马冰璐) 家住合肥市朝阳社区的林女士是一位新手妈妈, 因为怕长胖, 她坚持只喝汤不吃肉。对此, 专家提醒, 喝汤的同时要吃肉, 因为肉汤的营养成分大约只有肉的1/10, 为了满足产妇和宝宝的营养, 应该连肉带汤一起吃。

据了解, 新手妈妈每天摄入量与乳汁分泌量密切相关, 因此产妇应多喝一些汤水。但汤水的营养密度不高, 过量喝汤还会影响其他食物如主食和肉类等的摄取, 造成贫血和营养不足等营养问题。因此, 喝汤也应讲究科学。

专家建议, 餐前不宜喝太多汤, 餐前多喝汤可减少食量, 达到减少能量摄入的效果, 对

于需要补充营养的新手妈妈而言, 应该增加而不是减少食量, 所以餐前不应喝太多汤。可在餐前喝半碗至一碗汤, 待到八九成饱后再饮一碗汤。

喝汤的同时要吃肉。肉汤的营养成分大约只有肉的1/10, 为了满足产妇和宝宝的营养, 应该连肉带汤一起吃。

此外, 不宜多喝浓汤, 太浓、脂肪太多的汤不仅会影响产妇的食欲, 还会引起婴儿脂肪消化不良性腹泻。煲汤的材料宜选择一些脂肪较低的肉类, 如鱼类、瘦肉、去皮的禽类、瘦排骨等, 也可喝蛋花汤、豆腐汤、蔬菜汤、面汤及米汤等。

## 哮喘发作原是杨柳絮“作怪”

一周病情

星报讯(记者 马冰璐) 最近, 因哮喘发作前往医院就诊的患者有所增加, 而罪魁祸首则是近期漫天飞舞的杨柳絮。对此, 专家提醒, 过敏体质特别是患有哮喘的病人, 尽量不要在杨柳絮飘飞的时段外出或尽量减少外出, 如果必须外出, 需要佩戴口罩。

据了解, 其实杨柳絮本身无毒, 但可能会传播病菌。杨柳絮飘舞, 会带起地上的脏物、灰尘, 从而影响空气质量。如果这些杨柳絮被吸入鼻腔, 则会导致人们流涕、咳嗽和气喘、眼结膜发红等, 过敏体质的人群甚至还会出现皮肤过敏, 出现小红疹、脱皮、红肿和瘙痒。

对于既往有过敏性鼻炎、支气管哮喘、慢性支气管哮喘病史的人群来说危害更为明显, 部分患者会出现咳嗽加重、呼吸困难、胸闷气喘等, 部分患者可能会因为吸入大量致病菌出现发热等感染现象, 严重时会导致病情加重而住院治疗。

专家提醒, 过敏体质特别是患有哮喘的病人, 尽量不要在杨柳絮飘飞的时段外出或尽量减少外出; 如果必须外出, 需要佩戴口罩, 必要时还应戴上眼镜, 尽量减少杨柳絮与身体的直接接触。

食药安全在身边

问: 如何正确使用滴眼液?

答: 用药前先洗手, 避免滴眼液瓶口接触眼睑及睫毛。双眼都需要用药者, 应按“先健后病、先轻后重”的顺序。

使用滴眼液时, 头向后仰, 眼向上望, 或平卧, 用棉签或食指向下轻拉眼睑, 将眼液滴入下方结膜囊内, 避免直接滴在角膜上。

滴眼液每次1~2滴即可。因为人的结膜囊容积约为0.02毫升, 一滴眼药水约为0.04~0.05毫升, 一次一滴即可达到治疗目的, 多了并不增加疗效, 反而浪费。

滴眼后轻闭眼睛1~2分钟, 并用手指压迫眼内角鼻泪管入口处, 使药液停留在眼内时间延长, 同时减少药液流经鼻泪管吸收进入全身。

若使用两种或两种以上滴眼液时, 两者要间隔5分钟以上, 否则后一种药物会将前一种药物冲洗掉或两者之间发生反应而影响疗效。若需同时使用滴眼液和眼药膏, 应先用滴眼液, 隔5分钟再抹眼药膏。

□ 石跃新 记者 王玮伟

寻医问诊

读者: 高血压患者血压控制多少最合适?

专家: 降压目标: 普通高血压患者血压降至<140/90mmHg以下, 年轻人或糖尿病及肾病患者降至<130/80mmHg以下, 老年人收缩压降至<150mmHg以下, 如能耐受, 还可进一步降低。

□ 记者 马冰璐



为进一步提高辖区老年人健康水平, 掌握老年人健康状况, 切实做到有病早发现、早治疗, 日前, 合肥市王大郢社区组织老年委、卫计办部门联合五里庙卫生服务中心在社区对辖区内60岁以上户籍老人及常住老人开展体检服务, 让老年人切实享受到基本公共卫生保健服务。

□ 徐红梅 记者 祁琳