

## 吃完就睡? 小心胃食管反流

反酸、烧心、咳嗽、哮喘、胸痛……近日,在郑州各大医院出现了扎堆看胃食管反流的患者。郑州陇海医院胃食管反流中心主任张永红告诉记者,这是因为节日期间暴饮暴食,吃完就睡,满满一胃的东西无法顺畅消化所致。它的主要症状是烧心,时间久了,容易导致贲门局部的病变,甚至癌变。由于该病的症状多样性,很容易在临床上被误诊。

郑州晚报记者 蒋晓蕾



### 患病率不断上升 胖子最容易中招

胃是一个受情绪影响非常明显的器官,现代人生活工作节奏紧张,直接导致了胃食管反流病的增加和反复发作。据中华医学会消化病学分会统计数字显示,我国的胃食管反流病患病率已经由10年前的2.5%上升到现在的7.3%,目前仍保持持续上升趋势。

“需要引起重视的是,胃食管反流病患者主动就医率不足10%。”张永红说,不少胃食管反流病人都是从其他医院科室转过来的,比如呼吸科、心内

科、耳鼻喉科,有些患者甚至误以为是心绞痛和冠心病发作,被吓得半死。

记者在胃食管反流中心见到一个年轻男子。今年30岁的他,身高1米68,体重82公斤,肚子圆滚滚的。他一来就嚷嚷自己胸痛胸闷,喘不过气,可能是心脏病发作了。张永红建议他先去做个胃镜看看。结果出来后,男子有明显的胃食管反流。

“引起这个患者胃食管反流的原因除了爱吃消夜,还有肥胖。”张永红解释说。

### 常吃太饱也容易“反流”

经常吃得太过、爱吃消夜、烟酒不离手,常吃高蛋白、高脂肪食物,都可能引发胃食管反流。张永红解释说,胃把吃进去的东西磨成很细的食糜,送到肠道消化。经常吃得太过或胃功能出问题,比如蠕动慢了,胃不能很快地把食物“磨”完并送出去,食物就堆积在胃里,压力升高。当胃里的压力超过了

食管的压力,就会把中间的“阀门”撑开,导致食物反流。

“食管跟胃之间有道闸门——下食管括约肌,像个松紧带。吃东西时,食管蠕动,撑开‘松紧带’,把食物推入胃中。吃完后,‘松紧带’收紧,胃里的东西就不能跑回去了。”张永红说,“如果闸门的松紧带坏了,或是闸门打开的时间不

对,也容易反流。”

“打个嗝,胃里的食物就涌上来了,喉咙里火辣辣的。这种偶尔的反流没什么关系,食管会马上作出反应,把反流上来的食物重新推回胃里。但是,大家都知道,胃酸具有腐蚀性,如果经常反流,对食管、咽喉就会造成刺激,出现烧心、咽喉不适等症状,患上反流病。”

### 专家支招

#### 有没有胃食管反流? 4招教您自诊

1. 颈部是否经常有放射性的火辣辣的感觉?  
2. 是否有反酸、烧心、食物反流到嘴里的症状?

3. 是否因为胸骨不舒服反复在心内科就诊,而做了很多心脏检查都没发现问题?  
4. 有没有反复的哮喘、慢性咳

嗽等发作,而常规平喘的药物控制不了症状?

如果以上四个问题中有一个回答“是”,就要考虑胃食管反流的可能。

### 不只是烧心和反酸 胃食管反流误诊率高

有关胃食管反流病的最新流行病学调查显示,只有60%的人有明显的消化道症状。张永红透露,胃食管反流病除烧心、反酸等典型食道症状以外,很多患者还会出现胸痛、慢性咳嗽、咽喉炎、咽部有异物感、哮喘,甚至牙侵蚀等症状,经常让患者看病跑错门。

有个小伙子反复干咳了3个月,晚上睡觉时,经常因呛咳而醒,严重时整夜无法平躺入睡,拍胸片却没问题。后来一做检

查,他是胃食管反流。经过抑酸、促动力治疗,他马上就止咳了。

张永红透露,胃食管反流的误诊率高达四成,相当一部分病人没有明显的食管症状,直接表现为哮喘、咳嗽、胸痛,这部分是最容易误诊的人群。其中,最常见的就是慢性咳嗽。她提醒说,大约有两成的慢性咳嗽是胃食管反流导致的。如果发现咳嗽久治不愈,尤其是在夜间平卧时咳嗽加剧,要警惕胃食管反流的可能。

### 新闻1+1

## 河南省首届“胃食管反流病标准诊疗规范培训会”在郑州陇海医院召开

本届培训会由郑州陇海医院、郑州大学第一附属医院、郑州大学第四附属医院共同举办,旨在结合国内外有关胃食管反流病的最新指南、共识,使参训者掌握胃食管反流病的标准诊疗,改变目前胃食管反流病诊断、治疗不规范的现状。同时,对胃食管反流病的流行

病学、发病机制、食管癌前病变、食管腺癌、口腔、耳鼻喉、呼吸道、心血管等合并症和并发症进行深入交流。河南省该领域多名医学专家及医护人员约200人参加会议。

据了解,郑州陇海医院胃食管反流病诊疗中心得益于中国科学院汪忠镐院士亲自指导,郑

大一附院季锋博士、郑大四附院王洪涛教授为该中心特聘专家。医院还集合耳鼻喉科、呼吸、消化、心血管内科、内镜中心及腔镜微创中心等科室专家,共同组建技术团队,配置有胃肠内窥镜、腹腔镜、食管阻抗-pH监测、食管阻抗-压力监测、多道睡眠监测、肺功能检测等专业设备。

## 腾飞,前进中的郑州陇海医院



医院地址:郑州市陇海东路与紫荆山路交叉口东500米  
咨询电话:0371-55988888

郑州陇海医院是一家集预防、医疗、康复、科研为一体的二级现代化综合医院。医院坐落在郑州市管城区,占地12亩,建筑面积2.5万平方米,中心大楼

20层,开放住院床位数300张,是郑州市职工、居民医保和新农合定点医院及120急救站。

郑州陇海医院开设有急诊科、检验科、影像中心、彩超室、体检中

心及内科、外科、肿瘤科、骨科、妇科、产科、生殖科、ICU重症监护室等临床科室;开业两年来,共收治来自全国各地的门诊患者51000人次、住院患者16000人次。

医院注重专科建设,目前重点打造胃食管反流中心、糖尿病足中心、肿瘤中心、生殖中心

糖尿病足中心医疗团队由美国外科院士、国际外科学院院士、郑州陇海医院首席科学家张玮教授领衔,医疗技术严谨。

肿瘤中心医疗团队由北京大学第一医院胸外科主任李简、龙志强教授领衔,诊疗设施设备先进齐全,技术品质优良。

胃食管反流中心由郑大四附院特聘专家王洪涛教授、郑大一附院季锋博士领衔,为我省首家临床实验基地。

生殖中心由医院不孕不育学科带头人何长进主任医师领衔,省内首家开展人工授精,为门诊的准确高效提供了强有力的保证。

医院按照病种划分专业组,专业组综合了所有技术、治疗手段及各种设备,管理团队由多年海外经历的专家组成,借鉴国内外先进医院管理经验,与美国、新加坡开展了密切的医疗技术交流合作,管理严谨规范。

医院内设中央监控、中央空调、新风系统、中心供氧、电子导诊、信息化管理等系统,配备地面和地下停车场等辅助设施,可为患者提供全方位的配套服务。医院配备有大型进口CT、全自动生化分析仪、全自动免疫分析系统、染色体分析系统、精液分析系统、进口多功能产床、妇产康复治疗仪等高精尖诊疗

设备。同时按照国际标准设置的高级层流手术室、人流室、产房、供应室,均应用层流净化技术,为临床医疗和科研提供可靠保障。

医院梯队人才配备合理

医院由省内外权威实力派专家领衔组建了一支专业精湛、充满活力的医护技医疗团队。医院现有职工331人,其中卫生技术人员231名,高级职称15名,中级职称28名,初级职称145名,博士后、博士、硕士11名。

医院以临床为中心的信息化管理系统,使患者诊疗实现集中管理,“多对一”专家集群式呵护及一站式服务,“让走进陇海医院的每一个人感动”。而执着的医志、高尚的医德、精湛的技术和严谨的学风,也让病人在陇海医院时刻感受舒适温馨,收获健康。蒋晓蕾