

# 胸闷哮喘血压高 胃食管反流“闹”的?

昨日,郑州陇海医院特聘专家、国内首位胃食管反流专业博士季锋接诊了来自山西的患者程女士。程女士有严重的哮喘病和胸闷症状,发作毫无规律,严重时甚至无法睡觉。而且,程女士在一年前还检查出了高血压,血压值波动很大,甚至吃完饭后血压值就会上升不少。“我该怎么办呢?”程女士满面愁容。蒋晓蕾

## 查明病因,治好病仅需30分钟

季锋博士听完程女士的叙述后,先给她做了食管24小时pH监测,发现程女士存在很严重的胃食管反流现象,食管经常被反流的胃酸浸泡。随后,季锋博士就给程女士制订了手术计划,即胃镜下射频消融术。手术很简单,就是用胃镜深入食管下端,利用温度刺激食管组织再生,进而恢复食

管下端收缩功能、阻碍反流现象发生。手术过程和做胃镜一样,只用30分钟就结束了。

对治疗效果不太放心的程女士,坚持在郑州陇海医院住了两天院。她欣喜地发现,困扰自己多年的哮喘和胸闷消失了,血压也恢复到了140/90的正常水准。

## 胃食管反流,为啥能引发70多种病

季锋博士表示,精神压力大、饮食不规律等,都是胃食管反流的诱发因素。但30%以上的胃食管反流患者却从未出现过烧心、泛酸等消化道症状,而是一直表现为消化道以外的症状。

郑州陇海医院胃食管反流中心主任张永红表示,反流的胃酸进入食道,可刺激食道内神经,通过神经反射造成喉部痉挛、冠状动脉痉挛和全身血管痉挛。这样患者就会出

现心绞痛、胸闷哮喘、血压偏高等症状,让很多患者都坚信自己得了心脑血管疾病。

“现在至少有70种疾病是由胃食管反流导致的,包含鼻炎、肺气肿、冠心病、高血压等。”季锋博士提醒,“如果你的疾病久治不愈,最好来查查胃反流,说不定30分钟就把自己多年的问题解决了。”

为帮助更多胃食管反流患者,郑州陇海医院特别推出“河南省胃食管反流公益筛查

行动”,如果您有泛酸、烧心、咳嗽、哮喘、咽炎、支气管炎、胸痛、高血压等症状,请与陇海医院专家咨询团成员、特聘专家季锋博士联系。

为感谢广大患者的支持,陇海医院推出心电图、内科B超、上消化道钡餐造影检查费减免50%的优惠活动。凡在陇海医院住院的患者,除享受规定的医保农合报销外,还可获得医院慈善基金的额外补贴。

# 老人腰腿疼 当心腰椎间管狭窄

## CT或磁共振,诊断起来并不难

老读者李大爷来电,说自己最近出现了一个症状:走一段时间的路后腿就会疼痛,而且还有麻木、沉重感。停下来休息一会儿,疼痛缓解甚至消失,但继续行走症状还会出现。儿子带他到医院检查,确诊为退行性腰椎管狭窄症。“这是什么病?我经常很注意锻炼身体啊!咋还会得这病呢?”对此,武警河南总队医院脊柱外科治疗中心主任朱卉敏说,李大爷的病没准儿和腰椎管狭窄有关。郑州晚报记者 蒋晓蕾

## 间歇性跛行 老人易忽视

朱卉敏指出,椎管狭窄症是一个慢性的退变过程,早期症状常不明显,患者常有十分明确的慢性腰痛史及轻度活动受限。这些症状往往在活动或工作后加重,休息后得到缓解,但腰部和臀部的疼痛通常不易立刻消失。由于症状较轻,许多患者没有放在心上,认为是人体

老化的正常现象,易忽视。

“腰椎管狭窄症的典型症状是神经性间歇跛行,即在行走时下肢后侧或后外侧出现麻木、疼痛,通常这种症状由下腰部向腿部移行。神经性跛行的一个明显特征是当腰椎处于伸直位时症状加重,而弯腰时缓解。这是因为当伸直位时,腰椎管的容积

变小,前屈时则变大。这就是为什么许多老人在手扶轮椅或购物车行走,或骑自行车时感觉正常,直立时疼痛反而加重的原因。”朱卉敏说,上述表现常为慢性发展,如患者出现突然症状加重,可能合并椎间盘突出或椎体滑脱等其他病变,需要引起足够的重视。

## CT或磁共振 确诊并不难

“综合患者的症状、体征及影像学检查,尤其是CT及磁共振,诊断退行性腰椎管狭窄通常并不困难。”朱卉敏提醒,对于椎管狭窄的诊断,除医生要详细地

询问病史外,病人要学会准确描述自己的不适。此外,椎管狭窄与许多下肢关节的病变症状有相似之处,要注意避免相混淆而造成误诊。在确诊椎管狭窄前,

一定要先排除是否有下肢关节的病变。另外,椎管造影也在此方面具有一定价值,对于整个脊椎的狭窄情况,用造影的方式来检查则更为清晰。

## 该咋治 保守治疗无效再手术

如何治疗腰椎管狭窄是许多患者困惑的问题。由于椎管狭窄多有骨性的因素,对于症状重的病例保守治疗通常无效。当椎管狭窄问题严重影响生活时,比如有的人连续走十几分钟都走不了,可以考虑做手术。

“高龄腰椎管狭窄的病人,大多往往合并有心脑血管等疾病,常规减压融合手术创伤大、

时间长、出血多,病人不能承受或易导致严重并发症发生,只能选择一些微创技术如椎间孔镜、通道减压等进行有限治疗,而合并有腰椎不稳患者采用非融合固定技术,能得到较好的疗效,手术过程也安全,是高龄腰椎管狭窄患者理想治疗手段。”朱卉敏提醒老年朋友,不要一查出椎管狭窄问题,就不

敢锻炼了。其实,正确的锻炼对避免病情加重还是有好处的。比如说,锻炼腰部肌肉,增加腰椎前韧带、后韧带及侧韧带力量,可避免椎间盘突出而导致神经周围空间变小而受压。锻炼时要注意不要做突然弯腰或转腰的动作,不要选择太过剧烈的运动方式,身体微微出汗为最佳。

## 医疗快递

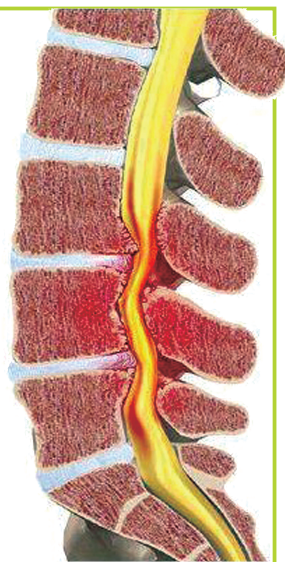
# 郑州中原医院与国际接轨获肯定

11月26日,中国健康产业总会广东分会执行会长黄忠文、贵州分会常务会长陈俊胜一行在河南健康产业协会领导杨玉明的带领下,莅临郑州中原医院参观指导。在中原医院领导的陪同下,协会领导一行

参观了中原医院诊室、子宫肌瘤诊疗基地、层流洁净手术室、超声影像科等,对郑州中原医院先进的医疗设备、领先的医疗技术、个性化的医疗服务给予了赞赏和肯定。黄忠文称,郑州中原医院真正做到了与国

际接轨,让每一位病人享受到高品质的医疗服务,全力为广大百姓提供最安全、最优质的医疗服务,让社会满意、让百姓满意,对推进医疗发展更进一步作用功不可没。

蒋晓蕾



红糖补血、猪蹄美容、柠檬美白、木瓜丰胸……根本没那么“神”

## 擦亮眼,别再信这些传言了

这样吃东西,能变美、能变瘦、能补血……生活中不少人相信有“神奇”功效的饮食方法。专家提醒,以下这些方法可千万别再信了,因为其功效根本没有传说的那么“神”。郑州晚报记者 李鹏云

### 红枣和红糖能补血

说法:红枣和红糖富含铁,并且是红色,因此能帮助补血。

真相:红枣和红糖中所含的铁均为“非血红素铁”,吸收率低,一般仅为1%~5%,而且吸收时容易受其他食物中膳食纤维、草酸、植酸的影响,所以它们的补铁补血效果往往较差。

### 吃猪蹄能美容

说法:猪蹄富含胶原蛋白,对皮肤好,吃了能美容。

真相:胶原蛋白吃下去,需要被消化分解成氨基酸或“肽”,才能被吸收入血液。被吸收后的氨基酸需要重新编组,组成人体所需的蛋白质。因此吃胶原蛋白最多只能增加氨基酸的供应,并不能直接美容。

胶原蛋白本身的营养价值并不高,且猪蹄中富含脂肪、胆固醇偏高,有心血管病的人最好少吃。

### 柠檬水能美白

说法:柠檬水富含维生素C,有助美白。

真相:柠檬并不是维生素C含量最高的水果,在冲泡时,用到柠檬的量很少,并且其中的维生素C并不会完全溶出,还被水进行了稀释,因此柠檬水中的维生素C含量并不高。

柠檬水味道独特,几乎

不含能量,而含有钾、少量的维生素C和类黄酮物质,是一种不错的饮品。

### 吃木瓜能丰胸

说法:木瓜丰胸的说法自古流传,也有人认为木瓜酵素和维生素A能刺激女性荷尔蒙分泌,有助丰胸。

真相:木瓜酵素是一种蛋白酶,当其进入人体后,会被胃蛋白酶分解,失去酶的活性,根本没法发挥作用。而维生素A也没有刺激雌激素分泌的作用,因此木瓜并没有丰胸的功效。

木瓜是一种营养价值较高的水果,其富含的β胡萝卜素能在人体内转化为维生素A,有助护眼,此外,它还富含维生素C、钾、镁等多种营养素,平时可以常吃。

### 吃豆制品引发乳腺癌

说法:豆制品含有大量植物雌激素,容易引发乳腺癌等问题。

真相:大豆中的植物雌激素主要是大豆异黄酮,并不等于人体雌激素。它有双向调节作用,当体内雌激素低了它能弥补不足,可防治一些和雌激素水平下降有关的疾病。

许多研究表明,食用大豆制品不但不会因此患上乳腺癌,反而能降低其发生风险,建议每日食用30~50克大豆。

郑州陇海医院 (豫) 医广【2015】第10-29-536号

**看胃食管反流病 到郑州陇海医院**

咨询电话: 0371-55988888

地址: 郑州市陇海路303号 (陇海路与紫荆山路交叉口向东300米)