

福建健康大使 科普专栏
HEALTH AMBASSADOR

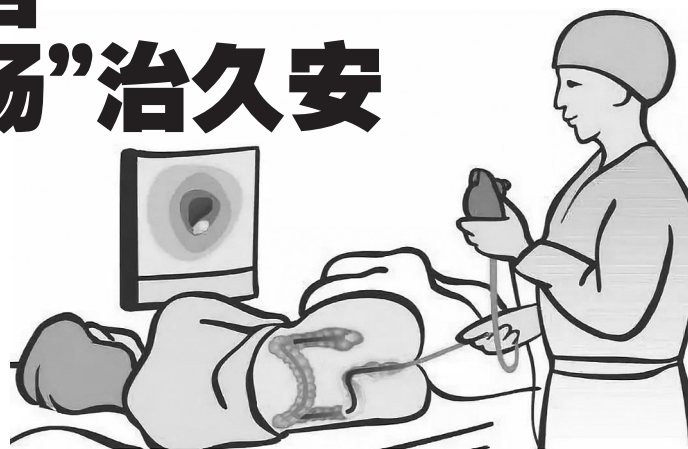
读懂肠镜报告 才能“肠”治久安

□本报记者 林颖

近些年来,肠道疾病的发病率不断攀升,且有逐渐年轻化的态势,肠镜作为发现肠道疾病的“救命”检查,是十分重要的。

拿到肠镜检查报告我们应该关注什么呢?

听听本报健康大使、福建省老年医院消化内镜中心曾庆新副主任医师对于肠镜报告单的解读。



02 定期复查不可少

息肉发现或切除后,还需要定期做个肠镜复查,即使这些息肉并没有危害性。

曾庆新指出,再高明的内镜医生有时做肠镜也会漏诊,这不仅与医生的细心程度有关,还因为有些息肉太小,长得部位太隐秘,那么一次检查往往不可能发现问题,所以需要定期复查。否则5~10年后息肉可能摇身一变,发展成为肠癌。

一般来说,增生性息肉可以3~5年复查一次,若是多发性息肉,或是癌前病变,就要一

年复查一次。如果两次复查都没有问题,可以延长至3~5年复查一次。

肠息肉的发生和生活习惯紧密相关,从现有研究结果看,长期食肉过多、低纤维素饮食者肠息肉发生率较高;长期便秘、排便不规律也会诱发肠息肉的形成。

“要减少肠内长息肉的概率,关键要养成良好的饮食习惯,多吃蔬菜,增加植物纤维的摄入,有助于促进肠道蠕动,帮助大便排出。”曾庆新说。

03 有症状肠镜却提示未见异常?

有些人很纳闷,明明平时有腹痛、腹泻的症状,可做完肠镜却提示未见异常,这是怎么回事呢?

如有这种情况,一般来说可

能是肠道功能紊乱、肠动力不足或肠道菌群失调导致的,也可能与心理压力大、精神焦虑、紧张有关。如果上述情况都排除,就要考虑肝胆、胰腺的问题。

01 40岁后肠息肉患病率可达30%以上

肠镜检查一般是看三种疾病,一是出血性疾病,二是炎症性疾病,三是肿瘤性疾病。一般来说,出血性疾病、慢性炎症及肿瘤并不常见。

在肠镜报告单中,最常见的字眼莫过于息肉,在40岁以上人群中,肠息肉占到了30%以上。面对如此常见的肠息肉,是否都要一切了之?

肠黏膜上有突出物都可被称为息肉,它又可分为非腺瘤性息肉和腺瘤性息肉两种。

非腺瘤性息肉不易恶变,不用太过紧张。一般医生在做肠镜时,看到比较大的单个增生性息肉可能就直接在内镜下摘除了。如果息肉比较小,数量又比较多,可以先做个病理活检,如果病理检测结果没问题,就不需要切除那么多息肉。

如果报告单中提示有腺瘤性息肉,就要引起高度重视了。

因为腺瘤性息肉是肠癌早期,容易恶变,它们可具体分为绒毛状腺瘤、管状腺瘤、混合性腺瘤。其中绒毛状腺瘤的更变程度最高,发展最快。

通常在内镜下发现腺瘤性息肉,都要尽早切除。如果直径小于0.5cm,可以直接在内镜下切除或电凝。如果腺瘤性息肉比较扁平,直径超过1cm,需要进行内镜下的黏膜剥切术。如果腺瘤性息肉已经癌变,浸润到肠道基层,内镜医生就无能为力了,只能通过外科手术干预。目前绝大多数的进展期肠癌患者是可以微创进行治疗。如果是非常晚期的肠癌病人,或者有转移的病人,可能就需要通过传统的开放手术进行治疗。

脖子后总是脏兮兮的 或是疾病信号

□本报记者 林颖

“哎呀,你脖子怎么这么脏,是不是洗澡没洗干净啊?”

自从自己的黑脖子被同事吐槽后,福州的王先生每次洗澡都特别用力搓揉脖子。可每次洗完照镜子,脖子后的那片污垢依然没有消失,这让王先生一直心存疑惑。

前不久,体型肥大的王先生因为体检发现血糖偏高,到省立医院内分泌科就诊,结果被医生要求住院细查。这一查不要紧,高血压、高血脂、高尿酸血症等疾病也被一并查了出来。

医生还揭开了一直困扰王先生的困惑,他怎么也洗不干净的脖子,其实正是他各种内分泌、代谢性疾病的一种表征。

黑脖子或许是疾病发出的信号

脖子看起来很脏是种病?没有错!

脖子上这种形同污垢,却怎

么也洗不干净的症状医学上被称为黑棘皮病,除了出现在脖子,还可能发生在腋窝、乳头周围、肚脐周围和腹股沟处。有些患者的皮肤表面看起来不仅黑,还会比较干燥、粗糙。

“不要小看了黑棘皮病,它很可能是疾病在向你发出信号。”福建省立医院内分泌科蔡梁椿博士说,“黑棘皮病背后潜藏的病因有很多,包括内分泌疾病、代谢性疾病、遗传综合征、恶性肿瘤和药物等,当然有些也可能就是单纯的皮肤病。”

为此,蔡梁椿列举了一些比较常见的病因,以及进一步诊断应对的方法。

糖尿病

不少人在2型糖尿病早期,在相当长的时间可能没有表现出症状。而黑棘皮病作为一个易于识别的临床标志,可以把它看做是进一步进行糖尿病筛查的“风向标”。

特别是当发现BMI(体质量

指数,即体重/身高的平方)达到超重范围,或腰围处于中心型肥胖的前期,要尽早去医院检测糖化血红蛋白、空腹静脉血糖和餐后两小时静脉血糖,排查是否有糖尿病。

高血压、高血脂、高尿酸血症

高血压、高血脂、高尿酸血症这三种代谢性疾病也可能伴随黑棘皮病,要排除自己是否有上述几种疾病,日常要注意监测血压,监测前先静坐3~5分钟再测量(其间不要走动和交谈)。此外,可以通过血液生化检查,判断血脂、尿酸情况是否达标。

多囊卵巢综合征

时常被月经不调困扰,同时具有多毛、长痤疮、肥胖、不孕等症的黑棘皮病女性,建议去内分泌科或妇科,排查是否有多囊卵巢综合征。

库欣综合征

库欣综合征是一种内分泌与代谢性疾病,后期会出现高血压、糖尿病、骨质疏松等多种并

发症。这种病主要表现为满月脸、多血质面容、向心性肥胖、近端肌无力、下蹲起立困难等。如果有黑棘皮病的患者又同时伴随上述症状出现,建议就诊内分泌专科进一步评估。

肢端肥大症

有些黑棘皮病患者手脚较常人大,导致手套和鞋的尺码增加,戒指戴不下。且面容较丑陋、额纹比较多,那么要考虑排除肢端肥大症这种生长激素分泌过多导致的疾病。也建议就诊内分泌专科进一步评估。

不可用力搓揉脖子

如果洗澡时发现脖子脏怎么也洗不干净,还是尽早上医院检查,否则太重搓洗很可能会加重黑棘皮病。尤其是黑棘皮病的范围在短时间内快速出现在全身多个部位,且体重下降较明显时,要注意排除肿瘤的可能,就诊时可先去皮肤科或肿瘤科就诊。