

你听过“肝结石”吗

胆囊结石民间俗称为“胆结石”，胆囊结石是胆道系统中最常见的结石性疾病。胆囊仅仅是胆道系统的一部分。胆道系统包括肝内、外胆管、胆囊及Oddi括约肌等部分，可分为肝内胆管结石和肝外胆管结石。肝外胆管包括肝外左、右肝管，肝总管，胆总管和胆囊。那么，肝内胆管是起自毛细胆管，继而汇集成小叶间胆管，肝段、肝叶胆管及肝内部分的左右肝管，所谓的“肝结石”就是指肝内胆管里的结石。

肝内胆管结石也是一种常见的胆道疾病，它是指在肝内胆管内形成的硬化物质，通常由胆固醇、胆色素或钙盐等物质组成，一般为胆色素样结石。这些结石可以阻塞胆管，导致胆汁淤积，引起腹痛、发热、黄疸和其他不适症状。本文将介绍肝内胆管结石的症状、诊断、治疗和预防方法，帮助读者更好地了解 and 预防这一疾病。

一、症状

肝内胆管结石的症状包括

右上腹疼痛、恶心、呕吐、发热、黄疸等。疼痛通常在进食油腻食物后加重，严重时可伴有发热和黄疸。部分患者还可能出现胆绞痛，表现为剧烈的腹痛，伴有恶心、呕吐和出汗等症状。这些症状的出现可能提示肝内胆管结石的可能性，建议及时就医进行检查。

二、诊断

肝内胆管结石的诊断通常通过临床症状、体格检查和影像学检查来进行。医生会根据患者的症状和体征进行初步判断，如发热、右上腹压痛、Murphy征阳性等。同时，医生还会进行B超、CT、MRI等影像学检查，以确定胆管结石的位置、大小和数量。

三、治疗

对于肝内胆管结石，治疗的方法主要包括药物治疗和手术治疗，提倡早期发现、及早治疗，避免长时间的胆道炎症诱发胆管癌。药物治疗的疗效一般不太理想，主要是通过口服药物溶解结石，如熊去氧胆酸胶囊等利

胆制剂，这只针对于小部分泥沙样结石患者。因此，大部分肝内胆管结石主要通过手术治疗来解决，主要手段包括内镜取石、经皮穿刺胆道镜取石、腹腔镜肝部分切除、开腹肝切除等，具体治疗方法需根据患者的病情和结石情况来决定。手术治疗原则是：取尽结石、解除梗阻、去除病灶、通畅引流。总的来说，肝内胆管结石的手术治疗原则是确保手术的安全性和有效性，最大限度地保护肝功能，预防并发症的发生，并进行细致的术后护理，以促进患者的康复。术前术后的全面评估和护理工作对于手术治疗的成功至关重要。

四、预防

肝内胆管结石的预防主要包括饮食健康、生活规律和避免过度肥胖。以下是一些预防肝内胆管结石的具体建议：

1. 饮食健康：多摄入高纤维食物，如蔬菜、水果、全谷类食品等，减少高脂肪、高胆固醇食物的摄入。避免暴饮暴食，尤其是油腻食物。

2. 控制体重：过度肥胖是肝内胆管结石的危险因素之一，因此要通过合理的饮食和适量的运动来控制体重。

3. 健康生活方式：戒烟限酒，避免长期酗酒和吸烟，保持健康的生活方式。

4. 定期体检：特别是有结石家族遗传史或局部结石高发区域，建议定期进行体检，尤其是肝功能检查和腹部B超等检查，及时发现问题并进行处理。

肝内胆管结石是一种常见的胆道疾病，通过健康的生活方式和合理的饮食习惯，可以有效预防和减少其发生的机率。同时，一旦出现相关症状，及时就医进行诊断和治疗也是非常重要的。一旦发现了“肝结石”需要根据“取尽结石、解除梗阻、去除病灶、通畅引流”的原则进行手术治疗，避免延误治疗导致胆管癌发生，术后再定时检查，尽早发现、及时处理。

(作者:赖建林 福建省立医院 肝胆胰外科 主治医师)

咳嗽变异性哮喘 披着羊皮的狼

秋冬季节，许多朋友深受反复迁延的咳嗽困扰，尝试了各种抗生素、止咳药，甚至“民间偏方”，却仍然无法缓解。这个常见的症状，为何让人如此烦恼呢？

一提起咳嗽，大家首先想到的是哪些疾病呢？感冒、肺炎，还是支原体感染？其实，咳嗽并不是什么稀奇古怪的症状。在呼吸道感染时，咳嗽作为一种咳嗽中枢引起的反射动作，有助于清除呼吸道分泌物。呼吸道感染后的咳嗽，大多在感染痊愈后的两个月内，都能自然缓解。然而，有些咳嗽却长期存在，超过半年，甚至更久。这类咳嗽常在夜里加剧，严重影响睡眠与心情。

面对这样的咳嗽，我们必须提高警惕。它很可能是一种隐藏的疾病——咳嗽变异性哮喘。这种疾病用咳嗽作为伪装，掩盖了它真实的哮喘面目。由于症状不典型，常常造成漏诊或误诊。

不喘也是哮喘？

这是大部分诊断为咳嗽变异性哮喘的朋友最疑惑的问题。实际上，哮喘除了典型的气喘，还有表现为不典型的胸闷或

咳嗽。以咳嗽为主要或唯一表现的哮喘，称为咳嗽变异性哮喘；表现为胸闷的，则为胸闷变异性哮喘。这两种不典型的哮喘近年来逐渐被重视，找到伪装下的大灰狼，才能从源头上控制症状。大约三分之一的慢性咳嗽实际上是由咳嗽变异性哮喘引起的，但早期诊断与治疗的机会却较少。

咳嗽变异性哮喘有何特点

虽然咳嗽变异性哮喘症状表现并不典型，但仔细观察还是有迹可循的，可对照以下7项咳嗽变异性哮喘特点，若符合大部分特点请及时前往呼吸专科就诊：

- (1) 反复发作刺激性干咳，通常超过2个月，痰量少或无痰；
- (2) 常在呼吸道感染后开始发作；
- (3) 在夜间或凌晨加剧，常因咳嗽影响睡眠；
- (4) 冷空气、油烟或其他刺激性气味容易诱发咳嗽；
- (5) 镇咳药与抗生素对此类咳嗽治疗效果不佳；
- (6) 既往过敏史，比如过敏性鼻炎、荨麻疹等；
- (7) 有血缘关系的直系亲属

有哮喘史或不明原因的长期咳嗽、气喘、胸闷。

如何准确诊断咳嗽变异性哮喘

由于咳嗽变异性哮喘的病史与其他疾病引起的咳嗽相似，因此需要通过一些辅助检查来提高诊断的准确性。

支气管激发试验：咳嗽变异性哮喘患者肺功能大多正常或接近正常，可通过支气管激发试验了解气道反应性。通过吸入激发剂诱发气道收缩，若检查过程中肺功能明显下降达到阳性标准，对于咳嗽变异性哮喘的诊断至关重要。小部分朋友若基础肺功能已经下降，也可改为支气管舒张试验了解气道可逆性。

呼出气一氧化氮(FENO)：哮喘的主要病理特征是慢性气道炎症，FENO是气道炎症的生物标志物。不仅可以判断哮喘气道炎症类型，还能够评估糖皮质激素的治疗效果，指导用药。

痰嗜酸粒细胞计数：也能作为评估哮喘气道炎症和糖皮质激素治疗效果的指标。

过敏原检测：大多数咳嗽变异性哮喘存在一些过敏因素，常见的如尘螨、花粉、猫狗

皮屑等。通过过敏原检测可明确病因并采取相应的预防措施。

得了咳嗽变异性哮喘要如何治疗

虽然咳嗽变异性哮喘是只披着羊皮的狼，但剥开伪装诊断明确后，治疗效果还是很不错的。治疗上除了搭配使用吸入药物和口服药物，生活上的干预也是重要的组合拳，尽量避免接触过敏原、改善居住环境的卫生条件、定期清洗床上用品等措施有助于减少过敏原的暴露。同时，保持良好的心态和规律的作息也有助于缓解咳嗽症状。

防治原则心里记，诱发因素要远离，激发试验来辅助，规律用药不能停，定期复诊别忘记！

(作者:陈丽 福建医科大学附属第一医院 呼吸与危重症医学科肺功能室 主治医师)

医学科普专栏投稿邮箱：

fujianwsbkp@126.com

联系电话:0591-88369123

联系人:杨老师