

32公斤“纸片人”因过度进补住进ICU

□本报记者 张帅
通讯员 林春梅

44岁的李女士因家庭变故，患上了“神经性厌食”，身高158厘米的她，体重仅剩32公斤。插胃管、鼻饲营养液后，家人每日为李女士加喂高汤、肉、蛋羹和米糊等“爱心营养餐”。然而一周后，体重增至35公斤的她乏力感明显加重，出现心悸和呼吸困难，意识逐渐模糊，被紧急送往福建医科大学孟超肝胆医院重症医学科。

入院时，李女士的血钾指数2.56mmol/L，比正常人低近40%，血磷指数只有0.43mmol/L，肝功能损伤，血小板、白细胞都在减少，合并肺炎、胸腔、心包、盆腔等都

有积液，多脏器衰竭。重症医学医护团队及临床营养科根据病史、症状及体征，明确诊断为“再喂养综合征”。

进行对症抗感染、稳定生命体征、纠正电解质等治疗后，重症医学医护团队又在临床营养科协助下，为李女士制定限制性能量摄入、缓慢增加热卡摄入的营养方案。经过一周的精心救护，李女士症状好转，顺利出院。

重症医学科(综合)黄水文副主任医师表示，再喂养综合征是在长期饥饿后提供再喂养(包括经口摄食、肠内或肠外营养)所引起的、与代谢异常相关的表现。这是一种潜在致命疾病，轻者无症状，重

者病情急剧恶化，甚至致死，如心衰、呼吸衰竭等。

需警惕以下预警信号：早期：乏力、手脚麻、尿量减；紧急：呼吸困难、意识模糊、抽搐(立即就医)。

高危人群居家喂养牢记三步骤

再喂养综合征高危人群包括神经性厌食者、精神障碍者、酒精与毒品滥用者、行减肥手术或肠切除手术者、经历饥荒者、肾功能衰竭或血液透析者、重症患者、恶性肿瘤患者等。

针对此类患者，居家喂养牢记三个关键步骤：

1. 慢慢加量

刚开始每天按体重补充10~20大卡/公斤(比如体重50公斤的

人每天从500~1000大卡开始)，逐渐加到25~30大卡/公斤。千万别突然吃太多米饭、肉蛋。

2. 饮食分阶段

初期(虚弱期)：喝米汤、稀粥、菜泥等好消化的食物，少糖少盐少油。

恢复期：慢慢过渡到正常饭菜，但蛋糕、奶茶等甜食要忍住！

3. 补好“营养三兄弟”

磷：多吃瘦肉、鱼、豆类(比如豆腐)。

钾和镁：香蕉、菠菜、坚果(如核桃、花生)是好帮手。

维生素B₁：每天吃点粗粮(燕麦、糙米)或瘦肉，也可直接吃维生素片。

反复流鼻血竟跟喝水有关

□本报记者 廖小勇
通讯员 张舒珊

“我父亲右侧鼻反复出血半个月了……”2月21日上午，厦门市民王先生带着父亲王老伯急急匆匆来到厦门大学附属中山医院耳鼻喉头颈外科就诊。

据王先生代述，父亲每天出血2~3次，出血量为2~5ml，可自行停止，但近日出血量逐渐增多，王老伯逐渐感到虚弱、手麻。

接诊的焦彦超主任医师为王老伯进行前鼻镜检查，发现右侧鼻腔有黑色蠕动物。追问之下，王先生这才想起：父亲在田

间经常直接用山泉水洗脸、饮用山泉水。

电子鼻咽镜检查结合王老伯的生活习惯，焦彦超明确诊断：水蛭所致鼻出血。最终，焦彦超和内窥镜室医生合力取出整条水蛭，长度约6cm。

焦彦超提醒，水蛭生活在稻田、沟渠、浅水塘等处，每年3—6月是水蛭出没的高峰期，水蛭可吸食人畜血液。去野外劳作和游玩时应注意：

1. 不要直接饮用野外的生水或用来洗脸，因为泉水和溪水可能有寄生虫存活，遇到合适的环境可能寄居在鼻腔、口腔等部

位。

2. 在野外活动中，穿着长袖长裤、高筒靴等，扎紧裤腿，将内衣扎进裤中，不要暴露皮肤在外。

3. 如果发现水蛭吸附在皮肤上，千万不要用手强力拉扯，水蛭的吸盘可能越拉越紧，一旦口器断在伤口内，容易感染。可通过外敷高浓度氯化钠、高糖、食醋、白酒，促使水蛭脱水，吸附力明显减弱，水蛭可自行脱出。伤口处需要消毒处理。

4. 水蛭如果从孔道钻入人体内，如鼻腔、口腔等处，一定要及时到医院就诊。

□本报记者 刘伟芳

南平武夷山16岁的高中生小林(化名)突然出现眼红、眼痛、畏光、流泪等症状，起初，他以为只是普通的眼睛疲劳，便自行购买眼药水点涂。没想到五天过去，症状反而持续恶化，这可吓坏小林了，赶紧到武夷山市立医院眼科寻求专业诊治。

检查结果显示，小林双眼结膜混合充血(+++)，并伴有严重的睫状区压痛，角膜后方可见弥漫性羊脂状灰白色沉着物，多点虹膜后粘连，导致瞳孔呈梅花瓣状变形，视力也从原先的4.9下降至4.3，确诊患有虹膜睫状体炎。

主治医师王斌详细询问病史后，判断可能与小林近来课业压力大，长期熬夜导致身体免疫力下降，加之患上感冒，使得免疫力进一步下降，从而导致眼内炎症的发生。

虹膜睫状体炎又称前葡萄膜炎，若未能及时接受规范治疗，可能导致并发性白内障、继发性青光眼、眼球萎缩以及增殖性视网膜玻璃体病变等严重并发症和后遗症，甚至可能导致失明。

王斌特别提醒，虹膜睫状体炎患者必须在医生的指导下逐步减少药物使用，确保治疗效果的持续性。切忌自行停药，以免导致病情反复。

虹膜睫状体炎病因分为感染性和非感染性两大类因素。感染性因素包括细菌、病毒、真菌、寄生虫等病原体直接侵犯眼部组织，或通过交叉免疫反应引发炎症。非感染性因素则与自身免疫性疾病、创伤及免疫遗传因素等密切相关。值得注意的是，许多风湿免疫相关性疾病多以眼部葡萄膜炎为首发症状，如类风湿性关节炎、强直性脊柱炎、系统性红斑狼疮和白塞病等。

自行用药，瞳孔变成「花瓣状」

慢阻肺患者的呼吸健康需长期关注

□本报记者 杨晨声

元宵节那天，65岁的张先生与家人一同燃放烟花后，突然感觉呼吸困难，面色发紫，家人急忙用血氧仪自测，发现血氧饱和度骤降至83%，紧急送医才捡回一条命。

春节的喜庆氛围刚刚散去，福建医科大学附属第一医院呼吸科门诊就迎来了一波就诊小高峰，不少像张先生这样的慢阻肺患者在节后复诊时，咳嗽、咳痰、呼吸困难等症状明显较节前严重，究其原因，春节期间烟花爆竹集中燃放导致空气质量急剧下降，成为“隐形推手”。

陈丽提醒，慢阻肺患者的呼吸健康需长期关注，做到以下几点可以帮助更好地管理病情。

定期监测，及时就医

定期监测肺功能和血氧饱和度，尤其是节后复诊时，及时了解病情变化。如果出现咳嗽、咳痰、呼吸困难等症状加重，应及时就医，避免病情进一步恶化。

改善室内空气质量

在家中安装空气净化器或新风系统，确保室内空气清新，在天气允许的情况下，每天定时开窗通风。定期清洁家居环境，避免灰尘、霉菌等过敏原的积累。

外出防护，减少暴露

在空气质量较差的日子，尽量避免外出。如果必须外出，应佩戴口罩。避免前往人群密集、空气流通差的场所。远离二手

烟环境，像烟雾缭绕的棋牌室等场所，更是要避而远之。

外出时可随身携带快速扩张气道的药物，以备不时之需，如硫酸沙丁胺醇吸入气雾剂、异丙托溴铵吸入气雾剂、布地奈德福莫特罗粉吸入剂等。

坚持用药，规范治疗

严格按照医生的建议使用药物，包括吸入性支气管扩张剂和抗炎药物等，不要随意停药或减量，坚持规范治疗。

增强免疫力，预防感染

注意保暖，避免受凉。饮食上多摄入富含维生素和蛋白质的食物，增强身体抵抗力。

当下仍处于呼吸道传染病高发季，医生建议大家可以接种流感疫苗和肺炎链球菌疫苗。