

病房故事

饮食细嚼慢咽 切勿“囫圇吞枣”

误吞枣核致食管瘵化脓感染 内镜下取核清创化险为夷

□本报记者 向然

不慎咽下枣核 两天才去就医

“只是不小心吞了个枣核,能有多大事儿?多喝点儿水就顺下去了。”仇女士在吃饭不慎咽下枣核时,并没有太当回事儿。而且她咽下枣核时只感觉咽部有异物感,并没有明显的疼痛,因此仇女士认为不是太严重,就想通过喝水、吃馒头等“土方法”来帮助枣核“顺”下去。

然而事与愿违。两天过去了,仇女士的咽部异物感不仅没有缓解,而且越来越明显,出现了较严重的疼痛感,以至于她连饭都没办法吃。这下仇女士才有些担心,于是在家人的陪同下赶到了医院就诊。接诊的河北以岭医院急诊科第一时间联系了该院脾胃病科会诊。由于距离吞下枣核已经过了两天,仇女士也不太确定咽部疼痛是否由枣核引起。但是根据CT检查,脾胃病科主任严晓红判断,造成疼痛、异物感的就是那颗枣核。而且由于枣核卡在咽喉部已经两天多,患处很可能已经出现了化脓感染,严晓红主任对此十分担心,因此在仇女士入院后用最快的速度为她安排内镜下取出异物。

枣核嵌顿 食管瘵化脓感染

“枣核是两端尖锐的形状,一旦不慎吞咽,很容易卡在咽喉等消化道部位,若不能及时取出,可造成非常严重的后果。”严晓红主任表示,卡在消化道的枣核不仅会造成局部感染,而且受嵌顿位置、深度、时间等影响,还有可能导致食管穿孔、食管瘵等较严重的后果;甚至,如

果枣核扎伤主动脉,还可能导致大出血而危及生命,极为凶险。

了解到这些后果,仇女士及其家人都感到后怕不已。好在,严晓红主任已经为仇女士安排了内镜手术。不过,给仇女士带来痛苦的枣核虽然通过手术很快就被取出来了,但坏消息是,在手术过程中,严晓红主任发现仇女士的食管已有穿孔出现,伴大量脓液流出,被确诊为食管瘵合并化脓感染。

食管瘵感染的出现,使仇女士的病情顿时变得棘手起来。严晓红主任表示,食管瘵若不能及时处理,有可能使食物等通过瘵口进入肺部,造成肺部感染,引起严重后果。因此在取出枣核后,严晓红主任又及时做了对症处理,并行内镜下清创治疗;并且为了避免胃液反流刺激穿孔处,还为仇女士下了胃管,进行胃肠减压。

内镜下清创抗感染 避免开胸手术

枣核虽然已经取出,但由于食管瘵的存在,仇女士真正的考验才刚刚开始。严晓红主任指出,食管瘵通常需要开胸手术进行修复,这种外科手术创伤极大,患者康复也较慢。仇女士已经63岁了,又患有多种慢性病,如果进行开胸手术的话,很有可能会对她的身体造成较大的影响。因此她和她的家人都希望通过保守方法进行治疗。

在反复研究仇女士的病情后,严晓红主任决定尊重仇女士的意愿,先为她进行抗感染保守治疗。如果在抗感染的保守治疗下,食管瘵能够及时长好修复,将是最好的结果。

为了尽量避免给仇女士进行开胸手术,严晓红主任

及其医疗团队为仇女士制定了严密的治疗方案,全面禁食,积极抗感染。而且在取出枣核后三天,再次在内镜下为仇女士进行全麻清创。清创说起来很简单,就是用生理盐水冲洗食管瘵的化脓处,剥离坏死组织即可,但是这些操作全都是在食道内镜下操作,比起外部伤口来说,难度翻倍。因此这一次清创持续了两个多小时才完成。

此外,由于仇女士患有糖尿病,血糖控制不佳,这也给伤口的愈合带来了不确定因素。但严晓红主任及其医疗团队密切关注仇女士的病情变化,积极用药加强抗感染,并严格调控血糖,进行营养支持,定期进行胃镜检查。在仇女士住院的半个月期间,行内镜下清创治疗两次。终于,在第三次做胃镜时,严晓红主任发现食管瘵处有新鲜肉芽组织长出,代表着伤口有愈合的趋势。这一发现给了医生和患者极大的鼓励,使他们相互配合着继续将治疗开展下去。临近出院时再次检查,仇女士的瘵口已愈合,符合出院标准。

枣核虽小麻烦大 细嚼慢咽远离意外

“在临床,不慎吞下枣核等异物的情况时有发生。作为医生,我们提醒大家在吃东西时一定要小心、专心,尤其是在吃粽子、年糕等含有枣核的食物时,一定要细嚼慢咽,并且不要一心二用,从而避免误吞枣核等意外。”严晓红主任提醒,鉴于误吞枣核可能会造成严重后果,如果不慎吞下枣核,应及时就医,让医生通过专业手段帮助取出,而千万不要随便使用“喝水”“喝醋”“吃馒头”等方法,以免加重嵌顿,失去最佳治疗时机。

夏日补水 少量多次

注意饮用水安全卫生 根据自身情况适度饮水

□本报首席记者 李惺

水是维持人体正常生理机能所不可或缺的物质。在人的生命活动中,水会参与食物的消化吸收、营养输送、机体代谢、体温调节等功能活动,而且有助于保持器官、关节、韧带、肌鞘的润滑等。可以说,水就是生命的基础。夏日炎炎,人们稍一活动就会大量出汗,进而会导致水分消耗增多,因此在这个季节尤其要注意及时、科学地补充水分。石家庄市疾病预防控制中心有关专家提醒,夏季补充水分,在少量多次充足饮水的基础上,还要注意饮用水的安全卫生,并养成科学的饮水方式,适度饮水、随时补充。

选择安全的饮用水

根据《生活饮用水卫生标准》规定,饮用水水质应确保饮用者终生安全,其中主要卫生要求包括:水中不得含有病原微生物;水中所含化学物质和放射性物质不得危害人体健康;水的感官性状良好。因此在饮水之前,一定要确保饮用水干净卫生,尤其是购买的桶装水,更要注意鉴别,选择合格的、有质量保障的产品。

饮水量需合理

饮水过少或过多都会给身体带来伤害。饮水过少,可能导致机体脱水,引发其他疾病;饮水过多,当进入体内的水量大于肾脏的排出能力时,大量水分潴留在体内,则可能发生水中毒。因此每个人都应根据自身具体情况,适度补水。一般来说,在温和气候条件下,推荐低身体活动水平成年男性饮水量为每天喝水1700毫升,成年女性每天喝水1500毫升。

饮水时间要科学

补充水分时建议“随喝随补”,主动补水,也就是最好少量多次饮水,每次200毫升左右,不要等感觉到口渴再喝水。这是因为口渴这个生理反应与机体的缺水状态并不同步。感到口渴后再喝水,则为被动饮水,总是被动饮水的话,人体就会长期处于一种潜在的缺水状态,不利于健康。另外,早晨起床后可空腹喝一杯水,睡觉前也可喝一杯水,都有助于机体代谢。餐前不宜大量饮水,这是因为在进餐前喝很多水,会冲淡消化液,不利于食物的消化吸收。

不用饮料代替白开水

补水时推荐喝白开水或茶水,少喝或不喝含糖饮料,不用饮料代替白开水。在剧烈运动后不宜大量饮水,可适当补充些淡盐(糖)水,或适当补充一些温开水、绿豆汤或含电解质的饮料。

相关链接 如何判断自来水水质

一看:用透明玻璃杯接满一杯水,对着光线看有无悬浮在水中的细微物质,静置数小时后观察杯底是否有沉淀物,如有,表明水中悬浮杂质较多,水质不良。

二闻:用玻璃杯距离水龙头尽量远一点接一杯水,用鼻子闻一闻是否有漂白粉(氯气)的味道。如果能闻到轻微漂白粉(氯气)的味道,说明自来水中有余氯存在,是正常的,可放心使用。

三观:用自来水烧开后泡茶,一段时间(数小时)或隔夜后观察茶水,如变黑,可能水中的铁、锰含量偏高。

四品:饮用白开水时,如有涩的感觉,提示水的硬度可能偏高(但不一定超标)。

行业快递

神威药业 爱心助学活动 走进赞皇

本报讯(记者 向然)近日,由神威药业集团举办的“神苗健康行·爱心助学”公益捐赠活动走进赞皇县,为100名学子发放爱心助学金,并深入优秀学生代表家中开展慰问,为学子们带去关爱和希望。

活动现场,神威药业集团还携手心理协会开展了“神苗健康行——播种阳光”系列心理健康科普讲座,用通俗易懂的语言与有趣的现场活动,帮助孩子们树立阳光、自信的心态。在本次活动中,神威中医堂还进行了义诊,通过中医师现场诊治切实帮助有需要的家庭解决健康问题。据介绍,神威药业集团积极从事各项公益事业,长期开展助学圆梦、关爱留守老人、关爱农民工、教师、出租车司机等活动。自2020年开始,神威药业在赞皇县开展助学行动,三年来共资助学子近300人,累计捐款50多万元,切实解决受助学子的学习与生活问题,持续奉献企业爱心。