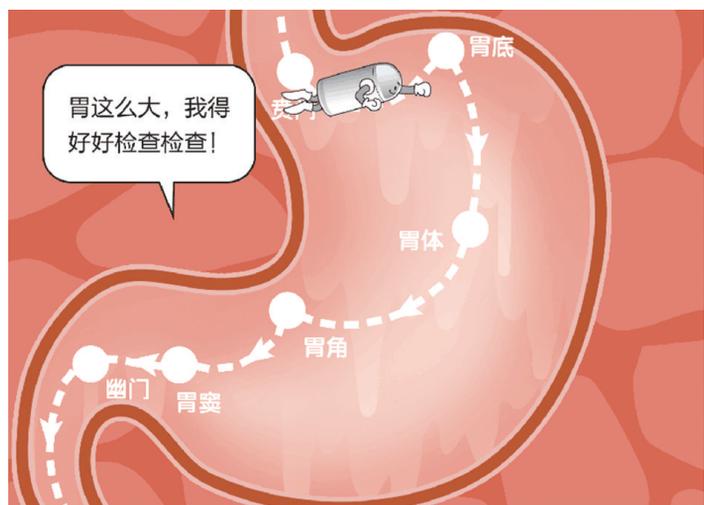


8月8日,迎来立秋,预示着炎热的夏天即将过去,秋天即将来临。立秋后一时暑气难消,有“秋老虎”的余威。镇江名中医、中医院脾胃病科主任李伟新提醒

# 严守“时间表”,打响“保胃战”



胃是人体的主要消化器官。急性胃炎是一种常见病,主要表现为上腹疼痛、不适,食欲下降,恶心呕吐,有时伴腹泻,严重的急性胃炎还会引起呕血、便血等症状。闷热潮湿的伏天,冰啤、雪糕、冷饮都可能是触动胃病发作的开关。一旦吃得太急或吃进病菌,急性胃炎就可能找上你。

李伟新主任介绍,按照病程区分胃炎,可分为急性胃炎和慢性胃炎。急性胃炎,是指由各种

病因引起的胃黏膜急性炎症,是最常见的消化系统疾病之一。急性胃炎通常可分为以下几种:急性单纯性胃炎、急性糜烂出血性胃炎、急性腐蚀性胃炎、急性化脓性胃炎。其中,细菌及其毒素引起的急性单纯性胃炎最常见。引起急性胃炎的发病原因较多,主要包括细菌及毒素感染的生物因素、进食过冷过热或过于粗糙食物理化因素及其他因素。辨明症状后,怀疑自己是急性胃炎时,应

及时到消化内科就诊,进行相应检查及治疗。

在急性胃炎高发的夏季,李伟新主任建议采用以下“保胃方法”管管它的急脾气:

**多喝水。**以补充身体因吐泻损失的水和盐分。交替服用温的淡盐水、淡红茶水、米汤或煮菜水。一般每小时1次,每次喝150~200毫升。

**吃半流食物。**停止呕吐、腹泻次数减少后,可以喝少量稀的小米粥或藕粉等。

**少食多餐。**

**记住饮食禁忌。**为避免胃肠道发酵、胀气,急性期应忌食牛肉等易产气的食物,并尽量减少蔗糖的摄入。注意饮食卫生,忌食高脂肪的油煎、炸、熏、腊的鱼肉及含膳食纤维较多的蔬菜、水果和刺激性强的食物、调味品等。避免进食粗糙及刺激性食物。

**保持良好的生活习惯。**定时定点起居,避免加班熬夜,夜晚加餐。避免暴饮暴食、毫无节制地饮酒。不要过度吸烟,不要长期喝浓茶。忌饮用酸性食物和甜饮料。冰、冷、凉的东西,是夏季胃肠健康的第一威胁。

## 优势病种治疗特色明显

**吐酸病(胃食管反流病)**  
该科根据胃食管反流病患者多为气郁质、痰湿质、湿热质、气虚质的体质特点,对其进行预防,以减少胃食管反流病的发生,达到了“治未病”的目的。以疏肝和胃治之,以柴胡疏肝散加减,疏肝解郁,理气止痛,和胃降逆,结合脏腑辨证,调肝、调肺、调脾(胃),注意调整脏腑功能,以达局部与整体的有机结合,临床有明显疗效。

**胃痞病(慢性萎缩性胃炎)**  
该科自拟逆胃汤健脾益气养阴,理气化痰祛瘀,改善胃内微环境,恢复胃的清润通降、气血

流通的正常生理环境,使病变组织逐步恢复正常,从而逆转胃黏膜的萎缩、肠上皮化生及异型增生,使慢性萎缩性胃炎由炎症→萎缩肠化→异型增生→胃癌这一病变模式朝正向逆转防止癌变。

**大瘕泄(溃疡性结肠炎)**  
该科用药途径以口服中药加直肠给药为主,临床还可配合针灸、贴敷等治疗手段,对溃疡性结肠炎治疗获得了显著疗效,在一定程度上可弥补现代医学治疗的不足。该科予以扶助正气,兼除余邪维持治疗,防止复发。

## 运用胃镜、肠镜诊断治疗消化系统疾病水平较高

该科有较强的技术力量和创新能力,运用胃镜、肠镜诊断治疗消化系统疾病达到较高的水平。同时开展消化道出血内镜下止血术、胃肠息肉内镜下切除术、食管狭窄扩张术、食管支

架置入术等。  
地址:丹阳市中医院门诊部二楼东  
脾胃病科主任:李伟新主任  
中医师

## 边吃边说、废寝忘食很伤胃

俗话说“十胃九病”,胃是非常容易得病的。一个人的胃病是怎么来的?许多都是坏习惯导致的!

李伟新主任介绍,食不言,寝不语。边吃边说或大口吞咽,都会使咽下的气体过多而消化不良。所以边吃边说很伤胃。此外,口味重、爱喝高

度酒、爱烟成瘾、吃饭没准点、饮食不卫生、爱咖啡爱浓茶、暴饮暴食等坏习惯也很很伤胃。如烤制或腌制的食物虽然口感很棒,但经常吃的话,会增加致病风险。而且,高盐重口味食物会加重高血压和心血管疾病的发生,也会损伤胃黏膜的保护层,增加病变概率。

胃是一个严格遵守“时间表”的器官,胃液的分泌在一天中存在生理性的高峰和低谷,以便于及时消化食物。“废寝忘食”似乎成了不少人的习惯,然而就是无意间的饥一顿、饱一顿,会慢慢侵蚀胃的健康。

怎么早期发现?擅长于内窥镜检查的李伟新主任指出,临床上,胃癌诊断常用的方法是胃镜和上消化道钡剂造影。对于高度怀疑是胃癌的患者,应首选胃镜,把内窥镜伸进胃里,可以清楚看到里面的情况,还可以直接取病变组织进行活检。所以胃镜又被称为“金标准”。有家族史的人、过了40岁的人、长期有不良生活习惯的人、经常出现胃部不适的人,应及时照胃镜。总之,越早发现,治疗效果越好。

## 日本对胃癌治疗成功率高的“秘诀”

胃癌是中国最常见的消化道恶性肿瘤,发病率在中国癌症榜上仅次于肺癌。日本、韩国也是胃癌的高发地区,不同的是,韩国的早期诊断率超过了50%,日本更是超过了60%,而我国的早期诊断率不到15%。

日本对付胃癌的“秘诀”,就是全民早筛查,口号是“越早发现、越好治疗”。中医院主任中医师,中医院治未病科主任王福林认为,日本对胃癌的治疗成功率高,最大的“秘诀”是赢在了起

跑线上。早期胃癌患者的5年生存率能达到90%。所以,早发现非常关键。

在胃癌初期,胃并不会“喊痛”。大部分患者是没有症状的,仅有一小部分的人会出现轻度消化不良症状,如轻微饱胀、恶心、上腹隐痛等,这些症状并不典型,很容易和胃病混淆,所以更多的是被忽视。一旦病人感觉到疼痛,常排黑便,基本上已经到了进展期。这时候做治疗,预后差,也容易复发和转移。

务,因而深受患者的好评。

**治防并举** 运用膏方治疗脾胃病为其一大特色,该科每年膏方1000余副,临床上通过辨证与辨病结合,注重调畅脾胃气机、治病与防病并举,膏方用药强调调治脾胃为关键,脾肾双补为根本,调节脾胃气机之剂贯穿始终,遣方用药,辨证施补,不求峻补,深受患者的喜爱。

该科有较强的技术力量和创新能力,运用胃镜、肠镜诊断治疗消化系统疾病达到较高的水平。同时开展消化道出血内镜下止血术、胃肠息肉内镜下切除术、食管狭窄扩张术、食管支架置入术等。

## 脾胃病科,从肾治胃国内先进

我市中医院脾胃病科,是镇江市中医重点专科,注重自身特色与内涵建设,积极进行技术创新与科研活动,在本市享有较高的知名度。该科从肾治胃机理研究成果先进,脾胃病外治古老有效、膏方治病防病并举,有较丰富的技术力量和创新能力,运用胃镜、肠镜诊断治疗消化系统疾病达到较高的水平,对各种急重症建立了一套规范诊治方案,开展镜下止血术、上消化道异物取出术、息肉切除术、电凝术等治疗。

**研究成果** 该科根据中医“肾为胃之关”的理论,从肾治胃,通过滋肾阴而养胃阴。观察滋肾养胃法治疗慢性萎缩性

胃炎的临床疗效,探讨从肾治胃机理。2011年通过江苏省专家鉴定委员会鉴定,认为该研究成果达到国内先进水平。

**内病外治** 以中医“治未病”思想指导脾胃病防治为理念,脾胃病科运用中医传统疗法开展脾胃病外治,如用灸法、穴位敷贴疗法、中药熏蒸疗法、拔罐疗法等,通过经络的传导,起到温通气血,扶正祛邪,达到防治脾胃病和保健目的,是中医学中最古老的疗法,具有作用迅速、简便、价廉、安全、毒副作用少、疗效显著等优势,充分发挥了中医药特色优势,努力让患者花最少的钱,享受最好的医疗服

## 专家简介:



**李伟新:**男,主任中医师,脾胃病科主任,脾胃专科带头人,镇江市名中医、丹阳市名中医。现任江苏省中西医结合学会消化分会常务委员,精于中西医结合治疗消化系统疑难危重病,长于内窥镜检查、诊断和镜下治疗。发表省级以上论文多篇,多次被评为医院“最佳医务工作者”。



**王福林:**主任中医师,中医院治未病科主任,预防保健科主任,镇江市名中医、丹阳市名中医,南京中医药大学兼职教授。擅长中西医结合治疗消化系统常见病、多发病及疑难病。有丰富的临床经验。发表省级以上论文多篇,多次被评为医院“最佳医务工作者”。

## 8月份外院专家坐诊时间表

专科名称	专家姓名	坐诊时间	坐诊地点
脑病科	李继民	8月24日周六上午	门诊二楼脑病科
妇产科	陈红霞	8月15日、29日周四上午	门诊二楼妇产科
妇产科	张红	8月24日周六上午	门诊二楼妇产科
肺病科	韦国祯	每周六上午	门诊二楼肺病科
肿瘤科	胡灿红	8月16日周五上午	门诊四楼徐荷芬传承工作室
	霍介格	8月30日周五下午	
内分泌科	吴敏	8月20日周二下午	门诊四楼专家门诊

外院专家门诊可能因特殊情况临时变动,建议电话咨询、预约,服务热线:86057111