

“如果给我一次机会,我再也不会熬大夜”

快递小哥长期日夜颠倒,患上尿毒症诱发心脏衰竭



患者到医院血透室治疗。

12月20日凌晨1点,31岁的小陶步履匆匆走进浙江大学明州医院急诊室:“医生,我心慌慌的,很难受,有种说不出的感觉,睡不着觉。”

急诊科医生张东风为小陶检查时发现,小伙左侧手臂静脉张力很高,杂音明显,还有反复穿刺后留下的很多针孔。原来,小陶是一名尿毒症患者,病史5年。从事快递员工作的他工作强度很大,忙起来日夜颠倒;下班后又常常熬夜刷刷、打游戏;饮食上喜欢快餐、烧烤、可乐、雪碧、奶茶;还仗着自己年轻,公司体检能躲则躲。

直到5年前的一天,小陶突发心慌、胸闷、乏力,倒在仓库,被同事紧急送往医院救治。经过检查,他被确诊为尿毒症,并影响了心脏功能。对于这样的结果,小陶难以置信,也无法接受。自己从来没有不舒服,怎么会一夜之间得了尿毒症?

医生向他解释,从慢性肾脏病到尿毒症,起码有10年以上病史,但肾脏病的特点是不痛不痒,很难发现。平常生活饮食不注意,会加快肾脏病的进展,倘若体检再不重视,就会错失发现肾脏病的机会。

治疗尿毒症的方法有两个:一是肾脏移植,二是透析。换肾不仅需要几十万元的医疗费,更需要等待合适的肾源。不管是费用还是肾源,都是小陶难以解决的问题。于是,他选择血透治疗延续生命。为此,他每周得到医院报到3-4次,每次要耗时半天。刚开始的时候,小陶很难适应,好在经过科学的治疗,小陶心慌、胸闷等问题得到了很大改善,只是尿毒症的事实已经无法改变,随着疾病的发展,导致他心脏衰竭,才有了深夜就医的一幕。

“如果给我一次机会,我一定会好好保护身体,再也不会熬大夜,透支健康。”小陶后悔地说。

记者 陆麒雯 通讯员 单王程 文/摄

相关链接

张东风医生提醒,生活中的这些坏习惯会诱发尿毒症发生:

胡吃海塞:长期暴饮暴食、饮食过于油腻、进食高嘌呤高脂肪高盐分食物会加重肾脏排尿的负担,诱发肾脏病变。一旦肾脏发生炎症或局部组织功能受损,不及时治疗就可能恶化为尿毒症。

经常熬夜:很多年轻人有熬夜的习惯,这对身体健康非常不利,损伤体内各脏器。研究表明:长期睡眠质量不足或经常熬夜的人,患肾病的几率提高75%,连续熬夜半年,肾功能会迅速下降。肾脏内若堆积大量毒素垃圾并持续发展,肾脏功能将会越来越差,甚至诱发尿毒症。

长期憋尿:肾脏是生成尿液的主要器官,肾脏将大量的尿液过滤至膀胱,当膀胱充盈后,就会提示大脑产生排尿的信号。长时间憋尿容易使储存在膀胱内的尿液外渗,尿液中含有较多的毒素和垃圾,当尿液随着血液的流动,逆流回肾脏后就会对肾脏产生负面影响。

滥用药物:养生已成为当下非常流行的话题,很多人养生保健的方式就是服用保健药品。其实很多保健药没有想象中那样有效,经常服用会加重肝脏负担,导致肝脏病变。身体各个器官又紧密相连,一旦肝脏病变,也会牵连肾脏,为肾病理下隐患。

哮喘10年没治好根子竟在胃上

医生:咳嗽久治不愈要多留心

“这两年来,我第一次能平躺着睡觉,这一觉睡得真舒服啊。”54岁的毛师傅近日在宁波大学医学院附属医院消化病中心胃肠外科接受了手术。此前他在其他医院被误诊为过敏性哮喘多年,总是治不好,晚上甚至只能靠在床头睡,平躺也成了奢望。

该院胃肠外科主任、主任医师高峰说,毛师傅所患的是胃食管反流疾病,胃内容物反流至食管,引起相应的食管症状、呼吸症状及并发症。胃食管反流病容易被漏诊,或者被误诊为哮喘等呼吸道疾病。

病因竟是胃上面一个“阀门”松了

毛师傅之前很苦恼:晚上躺下,就不舒服。刚睡着,就想咳嗽,又醒了,反反复复。在呼吸科,他被诊断为过敏性哮喘。

这十来年,毛师傅在本地和外地看了不少医生,哮喘非但没有改善,反而越来越严重。

“这两年,我已经没办法平躺着睡了。一躺下,就想咳嗽。有时候想硬憋着不咳,没一分钟,就想吐,坐起来就好多了。”毛师傅药一直没停,效果却不好,CT显示,肺部总是反复感染。

求医问药无果,毛师傅无奈只能放弃躺睡,改为靠着床头睡。去年起,毛师傅又出现了个新问题——胸骨后一阵阵疼。他又在家附近的医院挂了心内科的号,做了个心电图,医生根据心电图和毛师傅的症状描述,推测为心肌缺血。

过敏性哮喘多年没好,又患上心肌缺血,毛师傅心情沉重。今年12月中旬,他因为经常反酸水,吃了药店买的抑酸药也不见效,来到宁大附

院消化病中心就诊。“你的咳嗽和胸口痛,可能都是胃肠道疾病导致的,做个胃镜吧!”高峰建议。

胃镜检查结果明确提示,毛师傅患有食管裂孔疝和胃食管反流。高峰通俗地解释:食管从胸腔经腹腔到胃,要穿过膈肌,膈肌上就会有一个孔。就像水管穿过楼板,这个孔的大小应该是和管子的直径匹配的。膈肌有收缩作用,来调整这个孔的大小。食管和胃的接口部位,叫贲门。贲门起到单向阀门的作用:食物可以经过食管到胃里,但不能从胃里反向到食管里去。

毛师傅的“阀门”松了,还有裂口,导致原本匹配的小孔出现了大的孔洞。结果,胃里的食物、胃酸容易反流到食管。而且,毛师傅的一部分胃也通过裂孔,往上跑到胸腔去了。因此,晚上毛师傅平躺着睡,胃里的食物往上涌,进到气管,导致肺部反复感染,毛师傅才会一躺下就想咳嗽。反酸水、胸骨后疼痛也是胃食管反流性疾病的典型症状。

缝上“尼龙网”加固“阀门”

毛师傅还接受了一系列的检查,比如24小时食道测压术。检查证实,毛师傅属典型的胃食管反流伴食道裂孔疝,且病情严重。

高峰说,单纯的轻症胃食管反流可以通过口服抑酸药物来缓解症状。针对毛师傅的情况,手术是最佳选择。为了尽可能减小创伤,高峰团队决定为毛师傅行经腹腔镜的食管裂孔疝修补术和胃底折叠手术。

手术过程大概是这样的:第一步,在毛师傅腹部打了4个小孔;第二步,游离腹壁等位置的黏连,游离出足够长的食道。这一步难度很大,毛师傅年轻时因结肠癌等做过两次开腹手术,黏连非常严重;第三步,游

离后,将跑到胸腔的胃“拉”回到腹腔,缩小裂孔的位置。第四步,缝合膈肌,减少空洞。“必须要很精细,这里紧挨着腹主动脉,一旦腹主动脉破裂,后果不堪设想。”高峰说。

第五步,用一片类似于尼龙网的人工生物补片来修补裂口疝。“毛师傅这个‘阀门’的位置好比年久失修的门窗和门框一样,已经摇摇欲坠了。我们通过生物补片来加固。”高峰说。第六步,将胃底部适当折叠,增加阀门单向关闭的压力……

术后第二天,毛师傅就欣喜地发现,平躺着睡觉也不咳了,不冒酸水了,1周后就出院了。

该类疾病漏诊率和误诊率很高

目前,胃食管反流疾病在中国的诊断率很低,临床也容易被漏诊和误诊。

“胃食管反流病是一种极易被误诊的疾病。反酸水的症状和胃溃疡、胃炎等相似;咳嗽症状容易被误诊为哮喘等呼吸道疾病;胸痛容易被误诊为心脏方面的疾病。”高峰说,我国胃食管反流病的发病率大概在5%左右,还是相当普遍的。遗憾的是,漏诊率和误诊率很高。

很多人以为,胃反流病只是反酸

水等,吃点抑酸药就好了。高峰说,其实不然,一来抑酸药物只能暂时缓解症状,长期服用有副作用;二来这些药物没法治根。而且,长期胃反流,不仅可能导致咳嗽、胸口疼等症状,也容易导致巴雷特食管等癌变。

高峰提醒市民,如果经常反酸,不要随意在药店买抑酸药,而应到消化内科或外科做具体检查。如果咳嗽久治不愈,要考虑是否属胃反流病。

记者 王颖 通讯员 朱依琼