

■帮你走出减肥误区系列报道1

随着夏天到来,越来越多的人把减肥提上了日常议程。
网上大热的“单一食物减肥法”真能快乐减肥?泻药既能缓解便秘又能减肥?吃素能减肥?不吃晚饭瘦身见效快?……记者在宁波多家医院采访时,内分泌科、胃肠外科、营养科等各个科室的专家都说起,经常会接诊到陷入减肥误区、因盲目减肥而损伤健康的患者。

减肥减到肠子变成黑色豹纹状 全身散发烂苹果味

内分泌科专家:错误减肥更伤身啊!

大学生减肥减到全身散发烂苹果味道被紧急送医,阿姨长期吃减肥药结果肠子变成黑色豹纹状……在宁波大学医学院附属医院内分泌科副主任医师严海燕的诊室,记者听她说起盲目减肥反而危害健康的病例。



A 吃单一食物减肥,大学生差点丢命

胖,几乎是大学男生小王唯一的烦恼。他今年20岁,身高180厘米,体重90公斤。小王尝试过不少减肥方法,却越减越肥。这次,他尝试了“单一食物减肥法”。这一减肥法在网上挺流行,简单地说,减肥期间,只吃单一食物,如鸡蛋、黄瓜、番茄等。小王决定,只喝可乐,毕竟“快乐肥宅水”是他的快乐来源。
打定主意后,小王信心满满地开始了这次减肥。他停掉了一日三餐,饿了,就来瓶可乐。虽然保留了“可乐自由”,小王却觉得不太好受。他安慰自己,减肥本来就是痛苦的。
这样持续了一个多月,结果

小王被紧急送到医院。当时他觉得自己“快不行了”,腹痛、腹胀、恶心、干呕,虚弱到根本没办法走路。
“小王的空腹血糖32.6mmol/L,尿酮体3+,被诊断为糖尿病酮症酸中毒,是糖尿病最严重的急性并发症之一。正常人空腹血糖在3.9-6.1mmol/L之间,超过7mmol/L就是糖尿病,而糖尿病酮症酸中毒患者的血糖值在16.7-33.3mmol/L之间,甚至更高。如果小王再晚些来医院,性命堪忧。”严海燕说,小王当时浑身已经散发着明显的烂苹果气味,这正是糖尿病酮症酸中毒的典型

表现。
小王被紧急收治入院。住院治疗半个多月后,他的血糖控制平稳,各项指标好转。由于糖尿病的关系,小王在短时间内暴瘦了7.5公斤。他苦笑:“这不健康的瘦,代价太惨重了。”
在医生反复宣教和督促下,小王开始改变不正确的减肥方法。通过药物治疗加上适当锻炼,目前各项指标逐渐回落。
严海燕说,遗憾的是,小王已经发展成了糖尿病。胰岛功能损害是不可逆的,而且是一种进展性的疾病。因此,小王今后需要长期服用降糖药物了。

B 吃泻药减肥,结肠变黑了

减肥不仅仅是年轻人的需求,中老年人因为肥胖到医院寻医问诊的情况也很普遍。近日,60岁的陈阿姨就因为体重越来越重前去内分泌科问诊。她身高162厘米,体重90公斤左右。
“我靠吃减肥药瘦了很多的,瘦的时候只有80公斤。后来,又胖回去了。”陈阿姨吐槽。原来,她长期受便秘困扰。3年前在保健品店买了一款中药成分的减肥药,一瓶几十块钱。效果立竿见影——陈阿姨从原来的便秘发展为一天要大便几次,体重更是稳步下滑。

这几年,她断断续续吃着减肥药。可是,这几个月,减肥药却似乎失效了——陈阿姨一会儿便秘,一会儿腹泻,体重也一下子反弹了近5公斤。
严海燕仔细查看后发现,这款减肥药中有大黄、番泻叶等蒽醌类成分。她建议陈阿姨去做个肠镜检查。
肠镜检查中,医生发现原本红润的肠壁变成了黑乎乎的豹纹状。仔细辨认,才勉强看到些肠壁褶皱和肠腔走向。陈阿姨被诊断为结肠黑变病。据介绍,大黄、番泻叶、决明子、虎杖等含

有蒽醌类成分的物质,是被大多数学者公认的引起结肠黑变病的最主要原因。
“擅自服用减肥药,导致结肠黑变病的患者不在少数。目前,对于结肠黑变病并没有特效药可治,一旦发现肠道变黑,首先要做的就是停止服用泻药或含有缓泻剂的减肥药。”严海燕说,幸运的是,陈阿姨的肠道还没有出现大面积息肉和癌变。随着上述药物的停用,肠道中的色素沉着可减轻或逐渐消失。而有些患者吃减肥药,导致了更严重的后果。

C 别粗暴节食或擅自吃减肥药

严海燕介绍,肥胖是世界卫生组织确定的十大慢性疾病之一。肥胖容易引发糖尿病、高血压、血脂异常等并发症,这些并发症又是心脑血管疾病的危险因素,进而容易引起心梗、脑梗。但是,错误的减肥方式也很可能给身体造成伤害。
如何科学、健康地减肥呢?

严海燕建议,肥胖病人应先前往正规的医院,由医生判断属于单纯性肥胖还是病理性肥胖。排除病理性肥胖的因素后,可通过科学增加运动量、适当控制饮食摄入、保持充足睡眠等,这些生活方式调整都是减重的基础。
她特别提醒,减肥人士不应

随意服用药物或简单粗暴地节食。泻药也不能从根本上解决便秘或肥胖,即使体重一时有减轻,减掉的也往往只是水分,非常容易反弹。单一食物减肥法也不科学。减肥人士可以寻求医生帮助,在医生的指导下进行科学合理的减重。
记者 王颖 通讯员 朱依琼

试管婴儿孕妇流产 医护人员竭尽全力 保住其子宫 家属书信致谢:

保住了我们想要孩子的希望

近日,宁波市妇儿医院接诊了一名难免流产的患者。该患者已经孕19周,做的还是试管婴儿。
所谓难免流产,就是指流产已不可避免,由先兆流产发展而来。病史显示,该患者曾因弥漫性子宫腺肌病,做过多次胚胎移植,遗憾的是都没成功。这次是开腹手术治疗后,才成功妊娠的。

接诊的妇科张伟峰副主任医师了解孕妇病史后非常担心:子宫腺肌病不同于子宫肌瘤,特别是弥漫性子宫腺肌病,因病变组织与正常肌层分界不清,手术后子宫壁的愈合比较困难,因此引产时发生子宫破裂的风险相当高。
为确保顺利引产,张医生希望尽快找到当时的手术记录,了解详细的手术方式。患者家属表示无法找到,不过可以联系到当时的手术医生。
经过连线,张医生总算弄清楚了患者当时手术的详细情况。

引产过程中,患者出现胎盘无法剥离、大量流血等情况,血压开始下降!分娩室护理团队迅速开放三路静脉通道并留置导尿,张医生一边用药加强宫缩,一边通知介入治疗科准备进行急诊子宫动脉栓塞,并让B超医生仔细检查,排除子宫破裂内出血。
尽管如此,患者血压仍无明显回升,医生遂决定急诊开腹止血。
进腹后发现,子宫虽然没破裂,但宫底部胎盘附着部位肌层非薄,表面静脉怒张,都可以看到下方暗紫色的胎盘。
危急时刻,产科专家陈安儿主任赶到手术室。她仔细观察了患者的子宫情况,迅速做出决定:放弃剥离胎盘,将植入的胎盘连同宫壁的非薄肌层同时切除,然后通过宫壁压迫缝合和子宫动脉上行支结扎,出血很快得到彻底控制。

更关键的是,保住了患者的子宫。
手术后,患者家属写来感谢信说,保全子宫,就是帮助他们保住了多年来想有个孩子的希望。
据介绍,近年来,子宫腺肌病的发病率呈上升趋势,随着妇女生育年龄的推迟以及生育政策的放开,如何解决这类患者的生育问题成了一大难题。这类患者即使成功妊娠,孕期发生流产、早产等不良事件的几率也大大高于正常妇女,特别是手术治疗后的患者。专家提醒说,对于这类孕产妇,应一律作为高危妊娠进行管理,定期保健非常重要,要寻找专业团队了解这方面的知识,一旦出现腹痛、流血流液等异常情况,要第一时间就医。
记者 程鑫 通讯员 马蝶翼

福彩开奖信息

3D第2022123期:5 9 0
七乐彩第2022053期:01 02 03 07 12 16 19 18
15选5第2022123期:06 08 09 10 15
快乐8第2022123期:14 17 23 26 28 32 33 34 37 46 49 58 60 64 68 71 72 73 74 79

体彩开奖信息

7星彩第22053期:3 5 9 2 0 4 13
6 + 1第22053期:0 1 8 8 6 5 9
20选5第22123期:04 09 10 12 14
排列5第22123期:1 5 4 4 0
(均以公证开奖结果为准)