

“拉肚子”可不是小毛病

溃疡性结肠炎属于炎症性肠病,炎症性肠病是一种病因尚未明确的慢性、非特异性肠道炎症性疾病,主要包括溃疡性结肠炎和克罗恩病。患者表现为反复的腹痛、腹泻、黏液血便,甚至出现各种全身并发症,比如葡萄膜炎、关节疼痛、皮疹等。虽然没有致死风险,但病情反复、不能痊愈,患者需长期带病生存。

1 炎症性肠病更爱找年轻人

“从临床就诊人数来看,炎症性肠病在我国还处于较低的水平,但已有明显增长的势头,且呈年轻化特点。”在5月19日“世界炎症性肠病日”之际,专家表示。炎症性肠病中的溃疡性结肠炎最常发生于青壮年期,发病高峰年龄为20岁至49岁,性别差异不明显,病程多在4周至6

周以上;而克罗恩病最常发生于青年期,发病高峰年龄为18岁至35岁,男性多于女性。

以往,炎症性肠病被认为是一种罕见病,但随着生活方式、饮食习惯改变以及工作生活压力增大,目前,中国和日本等东亚国家炎症性肠病的患病人数正与日俱增。预计到2025年,中国炎

症性肠病患者将达到150万人。

发病率的增长及年轻化趋势,可能与生活方式、加工食品以及食谱的剧烈变化有关。研究发现,富裕地区、城市、白领阶层的炎症性肠病患病率相对贫穷、偏远地区和体力劳动者更高。过于干净的生活环境、西化的饮食和精神压力等,可能提高发病风险。

2 出现这4个症状要小心

由于人们对炎症性肠病的认知度较低,疾病早期出现的持续腹泻、腹痛、发热、便血等症状常被忽视,因此延误了治疗。

患者就诊时往往要排查超过30种—40种常见疾病,例如感染性肠胃炎、结核病、寄生虫类感染疾病等。

炎症性肠病常具备几个特点:

1.反复出现的腹痛、腹泻,伴见血便,时间超过一个半月以上;

2.体重莫名下降;

3.经常低热、贫血,或有营养不良等症状;

4.年轻人如果出现肛瘘、肛周脓肿等表现,就难以恢复。

同时具备以上一条或多

条,且经消化内镜(包括胃镜、肠镜、小肠镜)、CT、核磁共振或抽血、病理等检查诊断,方可确诊炎症性肠病。

与急性肠炎、感染性肠炎相比,炎症性肠病病程久、症状反复,而其他肠炎则只是一时性的不适,治疗后便可恢复正常。

3 吃东西有讲究

2017年,我国炎症性肠病住院患者的营养状况调查结果表明,营养不良发生率为55%,这是因为很多患者不能正常进食,再加上药物影响等因素更容易发生营养不良。炎症性肠病无论

是处在疾病活动期还是缓解期,患者都需要谨慎选择食物。

活动期:食用无刺激的流质或半流质饮食,如小米粥、面条汤、馄饨等;

缓解期:可食用易消化、少

纤维素、质软、高热量的饮食。烹调方式以蒸、煮、焖、炖为主,做到少油、适量盐;

严重期:需严格禁食,并给予静脉营养液进行补充。

4 炎症性肠病会导致癌变

研究表明,炎症性肠病和结肠癌之间存在相关性,在治疗上一直强调早治疗早干预,避免造成不可逆的肠道损伤,进而使肠道发生癌变。这种无法治愈的肠病,长期临床缓解和黏膜愈合

是治疗的目标。

患有慢性疾病,尤其像炎症性肠病,会对患者的心理和社交关系造成一定损害。疾病的治疗是长期的,但并不意味着它一定是致命的。

多数患者经过治疗可以达到和保持健康状态。积极配合医生的治疗,养成良好的健康生活方式,就可以实现减轻疾病症状、降低复发频率。



小满来了, 养生要牢记“三防”

5月21日是二十四节气的“小满”节气。小满是节气养生的转折点,标志着暑天湿热拉开帷幕。对很多人来说,湿热难耐很辛苦,而且容易引起一身病。因此,应从现在开始做好夏季养生的准备。

防湿邪 小满时节,由于雨量的增加,空气潮湿,因此体内容易生湿。小满前后,湿邪往往容易打入人体内部潜伏起来,等到入暑时节,湿邪主气的时候,暑、湿就会内外呼应,使人们陷入湿气的困扰,从而引发很多问题,比如风湿病、痤疮、妇科炎症、水肿、肥胖等。小满时节也是皮肤病高发时期,如脚气、湿疹、下肢溃疡等。

因此,进入夏季,早期防湿、祛湿,对于之后能够健康地度过夏天有很大的帮助。

防心火 中医认为,夏主火,内应于心。夏季炎热,容易出现心情烦躁、口干舌燥、失眠等症状。原本体质偏热,平时容易上火的人,夏季就更易出现上火症状。

防暑气 天气越来越炎热,人们外出、挤公车、高温作业等都容易发生中暑,引发头昏、胸闷气短、疲惫乏力等全身不适的症状。因此,太阳暴晒的时候,最好减少户外活动,做好防暑降温的准备。

多吃“三瓜”

苦瓜:清热解暑

小满节气推荐吃苦菜。苦菜,性味苦寒,具有清热凉血、解毒的作用。苦菜是夏日的美味佳肴,可以爽口开胃、消暑、清心除烦。

冬瓜:利尿消肿

夏季天热,大便燥结,吃降火药劲太大,这时冬瓜也能派上大用场。中医认为冬瓜味甘、淡,性微寒,入肺、大小肠、膀胱经。能清热化痰、除烦止渴、降火解毒、利尿消肿。

丝瓜:清热泻火

丝瓜是夏日里有名的清热泻火、凉血解毒的“好帮手”。丝瓜含有非常高的营养价值,有丰富的维生素、矿物质、木糖胶等物质,全身都可入药。如出现痰喘咳嗽、乳汁不通、热病烦渴等症状,不妨试试食用丝瓜来辅助治疗。

据《健康时报》



血管一通 全身轻松

多年被动溶栓,不如提高自身自溶酶,免费5个月

血管就像是水管,专门负责运输体内各种营养以及氧气。血管不通,百病丛生。科技造就健康品质,为了让更多中老年人慢性病患者重获健康,国家重点科研药企,北京济康同泰医药科技有限公司,特推出一溶二补五通方式(溶栓一号)。

膳华堂溶栓一号采用纯进口纳豆纤溶酶素、高活性地龙蛋白蚓激酶、红曲天然他汀抑制剂海参自溶酶、鱼油不饱和脂肪

酸、三七皂苷、葛根黄酮类化合物、紫苏籽亚麻酸等高效成分,有效补充人体自溶酶。精品原料均采用发酵和超临界萃取技术精工制作,具有清凉定惊、抑制血小板凝结,克栓溶栓,活血通络等功效。用于预防和改善三高、中风、偏瘫、冠心病等慢性疾病。

北京济康同泰医药携手膳华堂溶栓一号特举办大型验证活动:每天前30名打进电话的中老年朋友,均有机会减免5个月费用,数量有限,先到先得!如遇占线,请重复拨打!

抢购热线:400-9923-909



氨糖软骨素各省仅限99个名额

增强骨密度,养护骨关节,来电免费送

补充氨糖软骨素养护骨关节,天气转暖是骨关节养护的黄金季,全身血流充沛,关节不再紧绷,关节腔空隙更容易拉开,此时补充氨糖对关节是非常不错的时机。

关节疼痛主要是因为体内氨糖流失、软骨磨损,健康的关节由软骨包裹能缓冲骨与骨之间的摩擦。中年以后氨糖开始流失,关节软骨出现退化、弹性减弱现象,加上长期的磨损,软骨会逐渐变干,变

薄,极易导致骨关节僵硬、肿胀、疼痛等问题,严重的会影响生活起居。氨糖软骨素能为中老年人提供充足的氨糖,为中老年人营养骨骼,缓解季节交替对关节造成的严重负担。

即日起,凡是打进电话50岁以上的中老年人都能免费领取10瓶10个月的氨糖软骨素钙片,每人限领一份,不得重复领取,数量有限!

来电领取电话
400-616-1105

