

喜欢吃头发,经常腹痛呕吐

# 9岁女孩胃里长出了“大石头”

最近几个月,9岁的女孩子小雅(化名)反复出现上腹痛并伴有呕吐症状,检查结果让家长大惊失色,胃里竟然有毛发形成的巨大结石。小女孩说,一次偶然,她吞下一缕头发,就爱上这种味道。

## 1 胃被头发基本填满

小雅家住安徽合肥,9月就要升小学3年级。她个头不高、瘦瘦小小。三四年前,父母在小雅床单、被褥下总会打扫出一缕缕头发。学校老师发现小雅有喜欢吃头发的端倪,但反复劝说后,她仍没有改变这种奇怪的习惯。

“小孩子嘛,对一些物体觉得好奇是正常的。”小雅父母觉得,随着年龄的增长,女儿的这种习惯自然而然会纠正。虽

## 2 胃里取出0.5公斤头发

家人带着小雅来到浙江大学医学院附属第一医院,消化内科季峰主任拿着小雅的CT报告,眉头微微皱起:经过长年累月的聚集,头发经过胃酸的“加工”和胃的“蠕动”,她胃内的毛发结石就像被水泥封印了般,很硬。“石头”横径超过10厘米、长径约20厘米,充满整个胃腔。小雅食道入口和胃出口,都比这个石头小很多。

医生多次用异物钳反复取石失败……再拖下去,有可能诱发溃疡穿孔导致腹膜炎,小雅会有生命危险。

## 3 孩子异食癖,和多种因素有关

小雅是从开始上小学前后有了吃头发的癖好。经浙大一院精神卫生科专家会诊,这种异常行为或许和学业上的精神压力有关,出院后,专家建议家长带小雅去做心理辅导,这样才能真正从源头上预防此类疾病的再次发生。

异食癖的患者中,有人喜欢吃土、石块;有人喜欢吃纸屑、树皮;还有人喜欢吃肥皂、头发、指甲、橡皮擦……其中食毛癖的患者在医学界被称为“长发公主

症”。其中,80%发生在儿童和30岁以下的青春期的女性。

孩子异食癖最常见的成因包括缺铁、缺锌、缺硒等微量元素,适当吃一些膳食补充剂就可以很快治愈。还有一些异食癖是因精神因素,比如焦虑、紧张、自闭、精神分裂、智力发育迟缓等。

尤其是在重大的心理伤害或是压力时,有人会通过吃异物释放压力,产生快感,最后变成一种习惯,如不解决心理问

题,越滚越大,越团越牢,形成了有韧性、无法消化的“胃石”。胃石长期压迫着胃壁,造成了胃多发溃疡及糜烂性胃炎。

当地医院建议进行开腹破胃外科手术,但一想到女儿身上会留下明显的手术疤痕,一家人觉得无法接受。辗转好几家医院,但得到的结果都是:拉不出来、融不掉,内镜下取不出,只能手术开腹破胃。

头发缠绕成的胃石并不像普通的石头嘎嘣脆,可以简单的打散,用网兜兜出就行。小女孩毛发很长,加上食糜作用导致团块致密,粘性很强,需不断打散一次次取出,分次取出过程需要胃镜多次反复进出口腔,咽喉部、食管贲门及胃腔。

为避免胃镜反复进出摩擦造成的消化道稚嫩黏膜损伤,医生需要用特殊的设备保护消化道。

医生在胃镜前端装置一个特殊长透明帽,进入胃腔,创造有利空间,然后通过多种内镜切开刀缓慢切割分离。再用异物

钳及五爪钳,抓取切散的毛发一部分,从不同角度不断牵拉、抖动头发,让毛发慢慢松动。然后一撮一撮把头发取出来。

历时5个多小时,第一次手术成功取出约1/6“头发块儿”。而后,每隔2天—3天,医生就在消化内镜下、娴熟运用各种工具把“石头”打散并一点点掏出来。因头发较长并相互缠绕及不断粘,进程缓慢,但“石头”越来越小,小雅上腹疼痛症状越来越轻。前前后后一共7次内镜治疗,历时37小时38分钟,最后将小雅胃里的毛发完全取出。

不少家长在发现孩子有进食异物的情况时,会通过打骂的方式来纠正,可能会导致孩子进食异物的行为变得更隐蔽,这样带来的后果更加严重。因此,家长、老师要加强对儿童生活习惯、异常行为及心理变化的关注,若发现孩子有进食毛发等异常行为,应及时就诊。

据钱江晚报

# 3只螃蟹下肚进医院

## 吃螃蟹一次最好别超两只

最近正是螃蟹上市的季节,不少人因吃螃蟹住进了医院。最为多见的疾病就是消化不良、急性胃肠炎、急性胰腺炎和胆囊炎等。

## 吃完螃蟹进医院

近日,浙江中医药大学附属第二医院急诊科接诊了一位28岁的小伙子小刘,因吃螃蟹住进医院。

小刘向来热爱美食,梭子蟹刚上市,他就买了5只回家清蒸。清蒸最能突出食材原本的鲜味,一口蟹肉一口冰啤酒。可没过多久,小刘就出现肚子痛,越来越痛赶紧让人送到医院。

检查发现,小刘血清淀粉酶明显升高,胰腺水肿,明确诊断为急性胰腺炎。经急诊对症处理后,小刘被转送到消化内科病房继续治疗。

近日,60多岁的王先生也是因吃螃蟹住进医院。原本就有糖尿病、冠心病的他,在吃了3只螃蟹后出现腹痛、呕吐的症状,被家人送到医院,经诊断为重症胰腺炎。在重症监护室里住了半个多月,王先生才终于转危为安。“对于海边长大的人来说,3只真的不算多,谁知道会这样……”这次经历给了王先生惨痛的教训。

医生称,对于有基础疾病的人来说,比如肥胖、血脂异常、糖尿病等,在短期内吃螃蟹积累到一定程度到时候,某一次的摄入量过多,就会诱发病。比如诱发重症高脂血症胰腺炎,死亡率为15%—30%。

## 吃螃蟹一次最好别超两只

螃蟹是一种含蛋白质丰富的食物,其中蟹黄的胆固醇含量较高,对于一般人群来说,一餐食用不要超过两只比较合适,最多不要超过3只。很多人喜欢一边吃蟹一边喝啤酒,这两种含有高嘌呤的食物同时食用,会产生过多的尿酸。而尿酸过多就会沉积在关节或者软组织中,引发令人痛苦不堪的疾病——痛风!

对于有这些基础病的患者如何吃蟹,医生罗列了一张表:

**不能吃** 有高尿酸血症甚至痛风,或者一吃螃蟹就过敏者。

**少吃** 冠心病、慢性腹泻、体质虚寒、胆结石、胆囊炎、胰腺炎、老人和婴幼儿等消化功能较差的人。

**最好不吃蟹黄** 血脂异常、高胆固醇血症的病人、孕妇。

医生强调,如果食用螃蟹后出现腹胀、腹痛、恶心、呕吐等症状以及出现皮肤潮红、手足心皮肤痒、全身风团样皮疹、憋气、喘息等过敏症,就要及时到医院就诊。

据健康时报

# “一本正经”睡姿,相当于脖子挂了16瓶矿泉水

医生:不当睡姿,会引发颈椎病、高血压、心律失常等疾病

近日,由知名演员杨洋主演的《你是我的烟火》正在热播,剧中杨洋“一本正经”的睡姿(右图),引发了网友讨论。原来,与普通人的睡姿相比,杨洋的头、脖子、肩膀绷成了一条直线,竟然是错误的。

16瓶矿泉水挂脖子上

这个镜头播出后,引发网友热议:这么睡感觉脖子很累啊。那么,杨洋的颈椎到底会承受多大的压力?有网友根据杠杆原理,也就是头的重力矩就等于颈部肌群的牵引力矩进行了测算。

成年人的头重量大概是5公斤,图中头重力的力臂,大概

为2/5的头长,约为8.8厘米。脖子牵引力的力臂,可以通过长度和夹角算出来。根据公式,杨洋在这个睡姿下,脖子相当于负重8公斤,挂了16瓶矿泉水在脖子上。

## 不当睡姿引发全身疾病

“颈椎是人体最‘金贵’的部分,上承头颅,下接躯干,起到‘承上启下’的作用。因此,一旦颈椎出现问题,如果不重视,就可能连累其他部位。”浙中医大二院骨伤二科主任吴连国表示,不当睡姿会诱发颈椎病、高血压、心律失常、胃病等疾病。

像剧中演员杨洋这种睡姿,“脖子空空,肌肉紧张”,很容易

诱发颈椎病。这种睡姿相当于枕头只睡了一半,会让脖子保持悬空、僵直状态,颈椎得不到支撑,不利于维持正常的生理曲度。

一般来说枕高以10厘米—15厘米较为合适,具体尺寸还要因每个人的生理弧度而定。

有的睡姿,是疾病发出的信号。有的睡姿可能提示颈椎已经出现问题。比如“投降姿势”,把手高举过头,这是因颈肩部软组织过于紧张,把手举高才能缓解肌肉紧张、血液循环减慢造成的人睡困难。

## 最佳睡眠姿势是仰卧

从颈椎健康讲,正确的睡姿要求既能维持颈椎正常生理曲度,又能保证全身肌肉、韧带等

软组织自然放松。最佳睡眠姿势是仰卧,能最好地维持颈椎自然曲度。

在仰卧的时候,可以在颈部、腰部、膝关节腘窝处各垫一个垫子,这样可以更好地撑起曲

度,让肌肉放松。习惯侧卧位睡姿的人,可以双腿间夹被子或者枕头,枕头应与肩同高,需要两边换着睡,避免长期单侧睡一边,否则容易出现脊柱侧弯。

据长江日报

