

寻医问药

随着肠镜检查的普及，越来越多人认识到肠镜的重要性。做肠镜需要排空肠道、麻醉等，有的人望而却步。这时候，可以先用电子直乙镜来简单排查一下问题。对于电子直乙镜的相关问题，潍坊市中医院肛肠科主任李士国一一解答。

试试电子直乙镜 做肠镜怕麻烦？

□本报记者 王路欣

什么是电子直乙镜

直乙镜镜身自带光源及摄像头，可在肉眼下检查乙状结肠、直肠及肛门部有无病变。因镜身较短，故仅可检查直肠、乙状结肠。直肠、乙状结肠交界处是结肠肿瘤最常见的部位，所以直乙镜检查可以快速筛查肠道疾病。

电子直乙镜有哪些优势

检查范围小，操作更简便。直乙镜主要检查直肠及部分乙状结肠，适合局部症状（如便血、肛门疼痛）的初步筛查。操作简单，无需深入整个结肠，医生操作时间短（通常5分钟-10分钟），技术要求相对较低。

肠道准备更简单。通常只需提前排空大便或使用1-2次灌肠（如开塞露）清洁直肠，患者无需长时间禁食或服用大量泻药。另外，检查前一般无需严格控制饮食，对患者生活影响较小。

不适感更轻，无需镇静。由于仅检查直肠，器械插入深度有限，患者不适感较轻，多数人可耐受，无需麻醉或镇静。检查后即可正常活动，无镇静后的头晕、行动受限等问题。

风险更低。直乙镜的并发症穿孔、出血等风险极低（小于0.01%），而结肠镜的并发症风险略高（约0.1%-0.3%）。适合老年、体质虚弱或对镇静剂敏感的患者。

费用更低，经济负担小，适合预算有限的患者。

可以快速筛查特定疾病。对直肠癌、痔疮、肛裂、直肠息肉等局部病变，检出效率高。

何时选择电子直乙镜

症状提示直肠病变，如鲜血便、肛门肿物、排便习惯突然改变等。

高风险人群初筛，无法耐受结肠镜的老年人，或需排除直肠疾病的紧急情况。

术后复查，直肠手术后局部监测。

电子直乙镜在便捷性、舒适度、成本上优势明显，但仅适用于直肠及邻近区域的评估，无法替代结肠镜。若怀疑结肠癌、炎症性肠病（如溃疡性结肠炎）或全结肠病变，仍需结肠镜全面检查。具体选择需结合症状、病史及医生建议。



肺真的会“炸” 瘦高男生要注意

知名歌手方大同日前去世，曾因气胸多次住院。气胸是如何引起的？哪些人群需特别注意？潍坊市中医院胸外二科主任黄洋作出详细解答。

□本报记者 王路欣

造成气胸的原因有哪些

气胸，即胸腔内积气的状态，是由空气进入胸膜腔引起的。造成气胸的原因有多种，主要分为自发性、外伤性和医源性。

自发性气胸最常见，分为原发性和继发性两种。原发性气胸是由于各种原因导致肺泡内压力升高，肺泡壁破裂，吸入的气体进入胸膜腔造成积气状态，形成气胸；继发性气胸通常是因为肺部本身就有问题，比如慢性支气管炎、肺气肿、肺结核等患者，其肺组织比较脆弱，稍一用力就可能引起肺部“漏气”。

外伤性气胸是指因车祸、高处坠落等胸部外伤，导致胸膜破裂而引起的气胸。

医源性气胸是指在医疗操作过程中不慎刺破胸膜或肺组织，使气体进入胸膜腔引起的气胸。

哪些行为会让肺“漏气”

自发性气胸不是随便发生的，通常需要一些“导火索”。如剧烈运动，此前媒体曾报道，河南35岁的牛先生一口气做了20个俯卧撑后，又做了跳绳运动，胸腔压力骤增，肺部受不了就“炸”了。

此外，咳得太猛或打喷嚏太用力，也可能导致肺“漏气”；潜水或乘坐飞机时，由于气压突然变化，肺可能会“抗议”；大笑、大叫、吵架等情绪一上头，胸腔压力会随之飙升，也有可能引发自发性气胸。

气胸“偏爱”哪些人

在青春发育期，瘦高体型的人肺组织往往跟不上快速的生长发育，易出现先天性弹力纤维发育不良。

肺部疾病患者，如哮喘、慢性阻塞性肺疾病、肺结核、间质性肺病等。

长期抽烟人群，易导致肺部炎症及细支气管、肺泡结构改变等。

气胸发作前有哪些“求救信号”

胸痛是气胸最典型的症状，一般单侧发作，呈针刺样痛或撕扯痛，有时还会放射到肩背或手臂。胸痛可突然发生，咳嗽及深呼吸时疼痛加剧。疼痛一般不会自行缓解，需治疗后才可减轻。

呼吸困难常与胸痛同时发生，表现为爬几步楼梯就喘，拎点重物就胸闷，好像有东西堵在胸口，感觉肺里的气不够用。

咳嗽一般以干咳为主。

气胸该如何治疗

治疗需根据病情严重程度选择：

少量气胸（肺压缩<30%）：卧床休息+吸氧，多数可自行吸收。

中大量气胸（肺压缩≥30%）：需紧急进行胸腔闭式引流术，通过引流管排出积气。

气胸反复发作，或经胸腔闭式引流持续“漏气”，CT检查存在明显肺大疱者，建议行单孔胸腔镜微创手术，切除肺大疱，彻底治愈气胸。

日常生活中，预防比治疗更重要。戒烟、保持健康生活习惯、避免过度劳累和剧烈运动，是预防气胸的关键。气胸尤其“偏爱”瘦高个的年轻男生，如果剧烈咳嗽或用力过猛之后出现胸痛和呼吸困难，要及时就医。

这些人更应注重“养眼”

□本报记者 王路欣 通讯员 杨媛

中老年人、高血压、高血脂、糖尿病人群对于用眼要格外注意。如何保持自己的眼健康？来看看潍坊市中医院的眼科专家怎么说。

中老年人注意情绪稳定，警惕闭角型青光眼

有些人情绪波动较大，加上作息不规律，喜欢关灯玩手机等，可能诱发闭角型青光眼急性发作，出现眼痛、头痛、鼻根部酸胀伴视力下降等症状。老年人、高度近视者及有青光眼家族史的人群要格外注意以下几个方面：

保持情绪稳定，避免大喜大悲、过度激动。

规律作息，保证充足睡眠，避免熬夜，切勿在黑暗中玩手机或电脑。

若出现眼痛、头痛、视力模糊等症状，应及时就医。

可以服用中药代茶饮，将适量菊花、枸杞、玫瑰、薄荷、麦冬、玉竹、陈皮、金银花一同泡水饮用，可缓解干眼、视疲劳。

高血压、高血脂、糖尿病人群注意眼底病

患有高血压、糖尿病等基础疾病的人群，若饮食不节制、过多食用高脂食物、作息紊乱，可能导致血压、血糖波动，进而引发眼底血管阻塞、眼底出血等疾病。若突然出现短暂性看不清、一过性眼前发黑等症状，应高度警惕视网膜动脉阻塞。若突然出现眼前黑影飘动、视力下降、眼前像云彩遮挡一样的症状时，要高度警惕眼底出血，及时就医。

日常生活中，要注意以下方面：

控制饮食，适当运动，避免高脂、高糖、高盐食物，多吃蔬菜水果、豆类、优质蛋白质等，还可以额外摄入钙质。

按时服药，监测血压、血糖，确保指标稳定。糖尿病患者每隔半年查一次眼底，早预防、早干预。

视网膜动脉阻塞抢救时间在90分钟内，应及时就医。

