

一顿海鲜夜宵下肚, 关节肿了肾伤了

浙江省立同德医院开出痛风门诊, 来就诊的多是管不住嘴的中青年

本报记者 丁颖鹃 本报通讯员 何梦吟

夏天到了,很多年轻人喜欢下了班之后,约上三五好友吃个夜宵。最近,28岁的小李跟朋友吃了一顿夜宵,结果,吃出了急性肾损伤。

这事儿,其实不能全怪夜宵;要怪,只能怪他自己,管不住嘴,不听医生话。



浙江名医馆
你的私人
名医会所



微信扫一扫
微信公众号
浙江名医馆
或搜号码
zjmyg1



扫一扫
医馆君
或
搜号码
zjrbmyg

小李年纪轻轻,就患了痛风,经历过好几次痛风急性发作。

一开始,不用吃药,熬一熬,痛就缓解了;后来发作,就吃止痛片,挺管用。所以,他一直没有听医生的建议,进行正规的降尿酸治疗。

医生提醒他,吃东西要忌口,一些高嘌呤的食物,比如海鲜、动物内脏最好少碰;酒,尤其是啤酒,最好也不要招惹。但是他都没怎么太当回事,觉得有止痛片,就万事大吉了。

上个星期,小李跟朋友吃宵夜。他们去的这家店主打海鲜,小李吃了不少,啤酒也没忍住。一周之后,他发现左脚踝关节肿起来了,皮肤红红的,还火辣辣的疼。

健康+

痛风是一种古老的疾病,近年来,随着人们生活方式、饮食结构的突变,导致人体代谢系统的失衡,痛风和高尿酸血症的发病率越来越高,发病年龄越来越年轻。据统计,13.3%的中国人存在高尿酸血症,而高尿酸血症患者中10%会发生痛风,这是一个庞大的数目。

痛风这件“小事”可不容轻视,它不只是关节疼痛,还可能出现肾脏损害,常伴发代谢综合征的其他疾病,如腹型肥胖、高脂血症、高血压、2型糖尿病以及心脑血管疾病等,且不规范药物治疗可能导致急性肾损伤、胃出血甚至穿孔、骨质疏松等情况。

为了更好地系统化、个体化评估患者病

根据以往经验,他知道自己的痛风又发作了,找来家里的扶他林涂上,还找了降尿酸的药吃。但是,这次没有像以往一样轻松搞定,关节的肿痛越来越明显,人还发起了烧。

这次,小李没敢冒险,马上去了医院。在浙江省立同德医院肾病科,医生给他查了肾功能,检查结果:尿酸 650 μmol/L,肌酐 540 μmol/L,急性肾功能损伤。

这样的结果让小李傻眼了:痛风不就是关节痛吗,怎么还会影响肾脏?

省立同德医院肾内科主任鲁盈解释说,痛风的基础是高尿酸血症,而尿酸是人体内的一种垃圾,需要通过肾脏排出体外。如果尿酸太高,通过肾脏排泄时就会有一部分尿酸沉积在肾脏组织中,对肾脏造成损伤。另外,这次小李的急性肾损伤跟他滥用药物也有关。“治疗痛风,重在平时控制好尿酸,而不是止痛。”但是,鲁医生碰到很多患者,都跟小李一样,好了伤疤忘了痛,平常不注意控制尿酸,急性发作时,错误地服用降尿酸药物,导致血尿酸剧烈波动,反而导致了病情加重。

鲁医生说,希望痛风患者能记住这句话:痛风是尿酸代谢异常引起的疾病,要想控制住痛风,必须控制住尿酸。另外,夏天天气炎热,出汗增加,会引起血液浓缩,血尿酸相对升高,因此还要注意多补充水分。

情,制定出适合每一位患者的控制痛风急性发作和间歇期达标降尿酸方案,浙江省立同德医院肾病风湿科特开设痛风专病门诊。

门诊时间:每周五下午

坐诊医师:

张仙珍主治医师,医学硕士

研究方向:痛风性关节炎与急性肾损伤,擅长痛风性关节炎慢性期治疗及并发症的防治。

钟瑜主治医师,医学博士

研究方向:痛风性关节炎与晶体肾病,擅长痛风性关节炎慢性期治疗及血尿酸控制的中西医结合治疗。

心里一紧张 两手汗淋漓

市中医院最近接诊了40位这样的病人

本报讯 盛夏,出汗太平常了,但两手若总是汗淋漓的,可能就是一种病了。最近,杭州中医院心胸外科接诊了40多位这样的手汗症患者,其中不少是趁暑期来看病的学生。前天下午,一位20岁出头的女大学生还送去一面“妙手神医”的锦旗。

女孩姓方,从小两手出汗就特别多,尤其是心里紧张时,汗像泉水般涌出,有同学还给她取了一个绰号“僵尸手”。为此,生活中也多了不少麻烦,比如,不敢和人握手,考试时会弄湿试卷。今年暑假前,小方就开始上网查询治疗方法,上周,她找到了杭州市中医院外科杨勇主任医师。

杨医师说,小方得的是手汗症,是由交感神经兴奋、局部汗腺分泌过于旺盛引起的。“出汗是人体调节体温的手段,心情紧张、感到有压力时,出汗自然会多一些。如果出的汗超出了调节体温需要的量,就属于多汗。人体多汗包括腋汗多、脚汗多、头汗多,而手汗症是多汗中最常见的一种。”

杨勇主任医师为小方做了全腔镜下单切口胸交感神经链手术,在她单侧腋下开小切口,然后通过胸腔镜切断控制手汗的胸交感神经。“以前一般要开胸手术,创伤大且有一定的危险性,很多人难以接受,现在,胸腔镜微创手术可以让手的汗腺停止分泌,创伤小,恢复快”。

杨医师说,有资料显示,青少年手汗症发病率达3%,它虽然对健康并无大碍,但由于手掌、足底及腋下多汗,有时头颈、腹股沟或会阴也极易出汗,汗液往往淋漓不止,会给生活、工作或社交带来不便。因此,有手汗症的人可以择期治疗。

本报通讯员 徐允佳

一只眼大一只眼小 当心宝宝患上眼睑下垂

如果孩子平时喜欢挑眉、仰头望,爸爸妈妈们就要警惕了

本报讯 “你说我的娃眼睛有点小、单眼皮?好萌的!不少明星还不是照样出名?”每个新妈妈都觉得宝宝是带给自己无比欢乐的小天使,面对旁人对宝宝外貌上的某些质疑,往往存在截然不同的反应。明明的妈妈在孩子手术前的几年间就是这样自我安慰的。

今年4岁的明明出生不久,家人就发现他左眼双眼皮,右眼单眼皮,两只眼睛看起来不一样大小。“大起来右眼会慢慢变双的,到时眼睛就一样大小了。”明明妈妈这么期待着。

可是,几年过去了,明明的大小眼没有改变。幼儿园入园体检时,医生再三提醒还是带孩子去医院检查一下放心。

浙江省人民医院眼科主治医师贺金晶接诊时观察到,明明右眼上眼皮遮盖黑眼珠2/3,一天中遮盖程度没有明显改变,睁眼程度

也不随咀嚼变化,这是“右眼上睑下垂”的典型症状。

贺金晶建议,家长平时在家可以自己观察孩子睁眼平视正前方时眼皮与黑眼珠的位置关系。仔细看黑眼珠,你会发现中央还有一个颜色更深的圆,这就是“瞳孔”了。正常情况下眼皮会遮盖黑眼珠上方1~2毫米,如果遮盖超过了2毫米,甚至遮盖到了瞳孔,就需要来医院排除一下“上睑下垂”这个毛病了。

眼科副主任医师赵海岚提醒,遮盖视轴的孩子为了能尽量看到东西,也可能有挑眉、抬头纹深、甚至仰头视物的习惯,俗称“望天鹅”,此时家长要警惕了,严重的上睑下垂,存在弱视发生的可能性时,尽量提早手术,促进视力发育。

赵海岚、叶明霞及贺金晶医师为明明做了手术,术后明明的右眼明显改观且成了双眼皮。

健康+

赵海岚医生说,上睑下垂手术前,先要排除两种情况:

1、重症肌无力眼肌型:肌无力症状局限于眼外肌,往往会有晨轻暮重现象,就是早上起来眼睛可睁大,随着时间过去,慢慢就睁大困难,休息过后,眼睛又能睁大了。

2、下颌瞬目综合征:是一种较少见的先天性上睑下垂和下颌的共同运动,由先天性三叉神经与动眼神经中枢或末梢有异常的联系所引起。多为单侧。当张口和下颌向左右活动时,睑裂发生不同的变化,上睑提起,睑裂开大甚至超过健康的那只眼睛;闭口时上睑又恢复下垂位置。手术时需要完全解除原有的上睑提肌的作用,不然手术后眼睛睁闭仍旧与咀嚼运动相关,给患者的社交造成影响。

本报记者 张苗 本报通讯员 宋黎胜