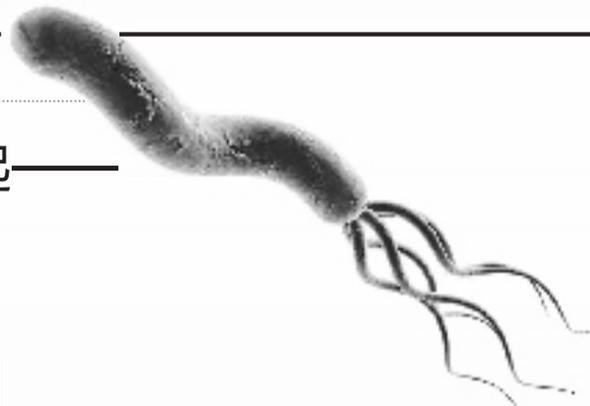


## 秋天的科学①

从拿到体检报告后办公室的争论说起——  
查出幽门螺杆菌  
该不该怪食堂餐具

▲幽门螺杆菌。  
▼巴里·马歇尔教授。  
视觉中国供图

本报记者 章味佳

秋分过后,昼夜平分。世界开始出现一半海水,一半火焰的情形——外界气温转寒凉,人体内燥热虚火旺。

“有趣的科学”开出“秋天的科学”子栏目,为大家讲述秋天有意思的养生科学。

第一期,我们来谈谈很多人拿到体检报告时,都非常关心的一项指标——幽门螺杆菌。

秋季是大多数安排夏季体检的单位出报告的时间。据传,在不少拥有食堂的大单位,有较大概率员工会感染幽门螺杆菌。于是,就冒出一中说法,这是否与食堂的餐具有关?

这得要先从巴里·马歇尔教授讲起。2012年,我有幸认识了这位澳大利亚科学家,他是2005年诺贝尔生理学或医学奖获得者之一。这位科学家最出名的事迹,就是他曾经以身试幽门螺杆菌。

### 他喝下一整瓶 幽门螺杆菌培养液

上个世纪80年代初,学界主流观点认为,得了胃溃疡,才会产生幽门螺杆菌,而胃溃疡的致病原因,是由于压力过大,或不良的饮食习惯等造成的。胃溃疡也被当成是一种反复发作、难以治愈的疾病。

而马歇尔提出幽门螺杆菌是导致胃溃疡的细菌,正好与之相悖。他的思路是:给实验动物喝幽门螺杆菌,再做胃部内窥镜,看看长没长这菌。但是他一直无法感染作为动物模型的荷兰猪。

1984年的一天,马歇尔亲自喝下了一瓶含有数以亿计幽门螺杆菌的培养液。

几天后,他开始呕吐,反胃,更尴尬的是,夫人告诉他:“你口臭。”

但是马歇尔却乐了,因为他“如愿”地患上了胃炎,并且用抗生素和抑酸剂“神奇”地恢复了健康。

马歇尔的发现,打破了人们的错误认识,他揪出了导致胃炎、胃溃疡、十二指肠溃疡的元凶——幽门螺杆菌。“如果你长期感觉胃部不适、胃胀痛、胃酸、口腔异味,可能是感染了幽门螺杆菌。”

20世纪90年代早期,学界对马歇尔工作的认可如潮水般涌来。1994年2月,美国国立卫生研究院在华盛顿特区召开共识会,

并于两天后发表声明:治疗十二指肠溃疡和胃溃疡的关键是检测和根除幽门螺旋杆菌。

### 无缘无故地瘦 可能是感染了

去年,我和好朋友去吃杭帮菜,点一只老鸭煲。她不吃笋干,把笋干都挑了出来。

我是最喜欢吃笋干的杭州人,就把挑出的笋干夹到自己碗里,一条条地嚼。她就说:“我扔出来的菜不要吃,会传染幽门螺杆菌的。”

我问过马歇尔教授:“人胃里的幽门螺杆菌从何而来?”

他说:“是吃进去的”。

幽门螺杆菌是存在于人胃黏膜中的一种重要致病菌,它主要的传播方式是口口传播,而且“传染不仅仅局限于成年人,儿童也会感染,感染率会随年龄的增长而增高。”

中国人爱吃大桌菜,一圈人里一旦有人感染了幽门螺杆菌,其他饭友在共餐的时候,很容易感染。

浙江省人民医院消化内科主任潘文胜前段时间接受我同事采访的时候提到,在中国人体内,幽门螺杆菌的感染率相当高,“虽然缺少全国的统计学数据,但国内医学界普遍认为它的感染率在50%左右,有的地区甚至在70%左右。”

当然,接吻也会传染。因为这种细菌常存在于带菌者的牙垢和唾液中。

有个段子讲的没错:如果你想瘦,多和你那携带幽门螺杆菌的男友接吻。感染幽门螺杆菌后,除了反胃、呕吐,还有一个表现就是:你真的会瘦。

如果对比前一月,体重有突然下降,并且开始出现胃不舒服伴有贫血现象。你要注意,可能就是感染了幽门螺杆菌。

### 吹气检测细菌 也是他的发明

如果要准确地测试是否感染了幽门螺杆菌,并不需要做胃镜,吹口气就行。

这又是马歇尔的一大贡献。他发明了一种吹气法,花个15分钟,吹口气,就能发现你胃里有没有幽门螺旋杆菌。

2014年,马歇尔在杭州做科普活动的时候,给现场的志愿者吞下一片药片,他打消大家的顾虑:“这不是细菌,这是医学材料,完全对身体无害。”药片到胃里以后,会分解,幽



螺旋杆菌会破坏它的化学成分,然后跟着呼出的二氧化碳,一块冒出来。

很多单位现在的常规体检项目,都包含这个叫做“C13、C14 尿素呼气试验法”的非侵入式检查项目,检测者吞下药片后十分钟左右,只要对着一个小小的呼吸设备吹气,吹到溶液变色即可。

检查出带菌,也别担心。看到健康的马歇尔教授就知道,感染了幽门螺杆菌是可以治疗的。“并且吃药治疗后,部分人因为各种原因,会出现复发情况,也是正常的。”

发现感染了幽门螺杆菌是否需要彻底根治,在医疗界也有一定争议。

由于我国的感染人数多,从细菌耐药性和经济费用等方面考虑,国内的专家共识是:平时无症状,胃镜结果正常的幽门螺杆菌感染者,无须治疗。

最后解答文章开头的那个疑问,大量幽门螺杆菌感染的案例,与食堂餐具有无关系?

一般食堂都是分餐制的,如果有这么多人感染幽门螺杆菌,也是在其他吃饭场合各染各的。

马歇尔告诉过我,只要培养良好的卫生习惯,注意个人卫生就行,生食经过高温,就能抵挡住幽门螺杆菌。至于餐具,保证是清洁的、消毒过的就不会有问题。也许更重要的是,你要注意平时分餐,圆桌吃饭使用公筷。

**文化广场**  
咨询电话:85311326

2019年9月30日 星期一

**今日电影**

**胜利影城**

《诛仙I》12:50/14:50/16:50/18:50/20:50  
《小Q》12:00/12:35/14:00/16:00/16:45/18:00/20:00/20:55  
《友情以上》14:35/18:45  
票房:87080142

**今日舞台**

**浙江胜利剧院**

经典越剧《双珠凤》(9.25日起售)  
演出时间:10月11日 19:30  
演出票价:580、480、380、280、120元  
演出剧团:上海越剧院  
票务:大麦网1010-3721

经典越剧《花中君子》(9.25日起售)  
演出时间:10月12日 19:30  
演出票价:580、480、380、280、120元  
演出剧团:上海越剧院  
票务:大麦网1010-3721

开心麻花爆笑舞台剧《捣指熊-卜达》  
时间:10月1日-2日 9:30/13:00/15:30/17:40  
演出剧团:丑小鸭  
票务:大麦网1010-3721

开心麻花爆笑舞台剧《竞演州长》  
时间:10月24日-10月26日 19:30 & 10月27日 14:00  
票价:1180、680、580、480、300、200、100元  
演出剧团:开心麻花  
票务:大麦网1010-3721

开心麻花爆笑舞台剧《皇帝的新娘》  
时间:10月31日-11月2日、11月6日-9日 19:30  
11月3日、11月10日 14:00  
票价:1180、680、580、480、300、200、100元  
演出剧团:开心麻花  
票务:大麦网1010-3721

280、120元  
演出剧团:上海越剧院  
票务:大麦网1010-3721

**杭州剧院**

演出剧目:新编民间传奇剧《流花溪》  
演出时间:2019年10月5日 19:30  
演出票价:380、280、180、100、50元  
演出剧团:杭州越剧院

演出剧目:越剧《玉蜻蜓》  
演出时间:2019年10月6日 19:30  
演出票价:380、280、180、100、50元

演出剧团:杭州越剧院  
演出剧目:倪大红、孙莉领衔主演话剧《安魂曲》  
演出时间:2019年11月1-2日 19:30  
演出票价:980、780、580、380、280、180元  
演出人员:倪大红、孙莉

演出剧目:法国原版气球创意秀《气球大师与小王国历险记》  
演出时间:2019年11月3日 15:00  
演出票价:380、280、180、120、80元  
演出人员:1043 productions

演出剧目:老生常谈——王佩瑜京剧清音会  
演出时间:2019年11月8日 19:30

演出票价:680、580、480、380、280、180元  
演出人员:王佩瑜

演出剧目:极致浪漫——勃拉姆斯室内乐团作品专场音乐会  
演出时间:2019年11月9日 19:30  
演出票价:300、200、100、50元  
演出人员:浩洋室内乐团

演出剧目:一生必听的音乐会——钢琴小提琴大提琴浪漫邂逅音乐会  
演出时间:2019年11月10日 19:30  
演出票价:300、200、100、50元  
演出人员:谭小棠、刘霄、朱牧

●演出信息如有变动,请以各影院、剧院当天现场公告为准。