

一年来,每天都经历“午夜惊魂”,30岁的他说—— 能让我一觉睡到天亮 花多少钱都愿意

本报记者 吴朝香

午夜11点多,胃里突然升腾起一阵灼热感,随之而来的是持续的反酸,熟睡中的章森(化名)就这么被叫醒,想呕吐,但又吐不出来。

他知道,今天晚上又别想睡觉了。

章森是一位反流性食管炎患者。反流性食管炎,这是一种近年来,发病率越来越高的消化道疾病。

“它太折磨人了,有时候,感觉会疯掉。”患病一年的章森,生活和工作因此受到了极大的冲击,“希望能有种特效药,立竿见影那种。难受起来我就想,花多少钱我都愿意。”

章森的痛苦,多数和他一样的患者都有体会,因为半数以上的食管反流病患者存在睡眠障碍。能从这种煎熬中脱身,好好睡一觉,是他们共同的期待。

反酸、呕吐感,他晚上不敢入睡

30岁的章森在广州一家公司做销售。工作很忙,需要经常出差,一日三餐极其不规律。

“一周有三四天可能就不吃早餐。午饭和晚饭,碰上去见客户,有时候在路上,也就没个点,一两点吃午饭,八九点吃上晚饭,也挺常见的。”

和很多年轻人一样,章森并没有觉得这种生活节奏有什么问题,因为这就是身边很多人的日常。

2017年,有段时间,章森晚上睡觉时,偶尔会觉得胸口发闷发热,胃里还出现反酸。

“一般是晚上十一二点,睡得正熟的时候,就醒了,难受上10多分钟。有时候,我会起来喝点水。”喝水到底有没有用,章森也不清楚,“反正觉得缓解了,其实也可能是心理原因。”

偶尔的发作,并没有引起章森的重视。因为胸口发闷的感觉更明显,他一直以为是自己没休息好,心脏不舒服。

一直到2019年,章森夜晚醒来的次数越来越多,“还是那种不舒服,但原来是一晚上醒一次,坐一会儿就好了,后来变成醒两三次,不仅胸闷,还想吐,但又吐不出来。”

章森赶快去了医院,以为心脏出毛病的他挂了心内科,检查心电图和胸片。

“拍片出来没问题,医生说,让我去消化内科。我挂了个专家号,胃镜检查确诊为反流性食管炎。”

高速上行车,他断片了几秒钟

什么是反流性食管炎?那个时候,章森对这个病的认知几乎为零。

医生告诉他:反流性食管炎是胃酸和胃里的分泌物反流入食管内伴有或不伴有食管黏膜损伤而产生相应的症状。这种偶尔少量的反流是可以接受的,但如果超过一定的时间和量,那就是不正常的,会出现烧心、反酸、喉咙不舒服、咳嗽等症状。

很明显,章森的反流已经远远超限了。

白天,他一切正常,但一到晚上,躺下睡觉到半夜,反酸、呕吐的感觉就涌了上来。

“坐起来会好一些。但是好了,也不敢再躺,因为不知道下次发作是什么时候。最多的时候一个晚上反复起来三四次,也就能睡两个小时。”

为了不影妻子和孩子,每次被闹醒时,章森就去客厅躺着,很多个夜晚,他就这么睡醒醒,算着时间熬到天亮。

章森出差频繁,每周有两三次要开车到广州周边的城市,去见客户。

“晚上睡不好觉,第二天就特别容易犯困,本来一个小时的行程,我高速上总是要留出点时间,进休息区,眯一会儿,这样一折腾,有时候要一个半小时或者两个小时。”

迟到、被客户抱怨都算是轻微的。最可怕的是有两次,在高速上开车的他,困意袭来,几秒钟的时间,竟然睡了过去。

“清醒过来的时候,吓出了一身冷汗。就那几秒,大脑是空白的,意识模糊了,当时如果有什么意外,那真是要命的事。”

希望摆脱痛苦,一觉睡到天亮

去医院确诊后,医生给他开了抑制胃酸的药。“一种口服药,吃起来有些麻烦,一天吃两次,要餐前半个小时吃,说这样才最有效果。”

吃了一段时间后,章森发现没有效果。

“我忙起来,吃饭都不准时,更不要说饭前半小时吃药了,很多时候,都是差不多饭前一个多小时就吃,因为不吃可能后面就忘了。”更多的时候,章森是真的忘记服药,“出差会忘记带,你说,这么年轻,谁会想着总把药带在身边。”

所以,虽然吃上了药,但晚上,章森依然经常被折腾得睡不好觉。

“我想不明白,我年纪这么轻,为什么会得这么棘手的病?隔三差五往医院跑,我都觉得自己像个老年人了。”章森抱怨。

章森并不知道,他并不是少数派。有数据统计,近几年,反流性食管炎发病率在逐年提高,预计2025年将突破一亿人,而且患者以中年人为主。

因为一直服用的药,效果不明显。章森很焦灼,“这已经严重影响到我的生活了,工作效率也被拖累,我每周都要开高速,很害怕万一有一天出事。”

因为病情总是反复,所以章森隔三差五就要跑医院,“不舒服了,就去找医生,问他要不要调整用药。”

每次去,章森就要请假,“挂号,候诊,医院人多,虽然我每次看得都快,也简单,但要等很久,一般都要半天时间。挺麻烦的。”

前段时间,章森晚上睡觉时反酸加剧,想想又要耗上半天去医院,他挺头疼的。“后来,我了解到,我这种情况,可以在阿里健康互联网医院,与线下熟悉的专家进行线上复诊咨询。我试了下,还挺方便,关键是不用困在医院里等。省了不少时间。医生给我重新开了药,我凭处方还可以直接线上买药。”

这次复诊他还从医生那里听到一个好消息:有一个治反流性食管炎的新药,伏诺拉生,要在国内上市了。

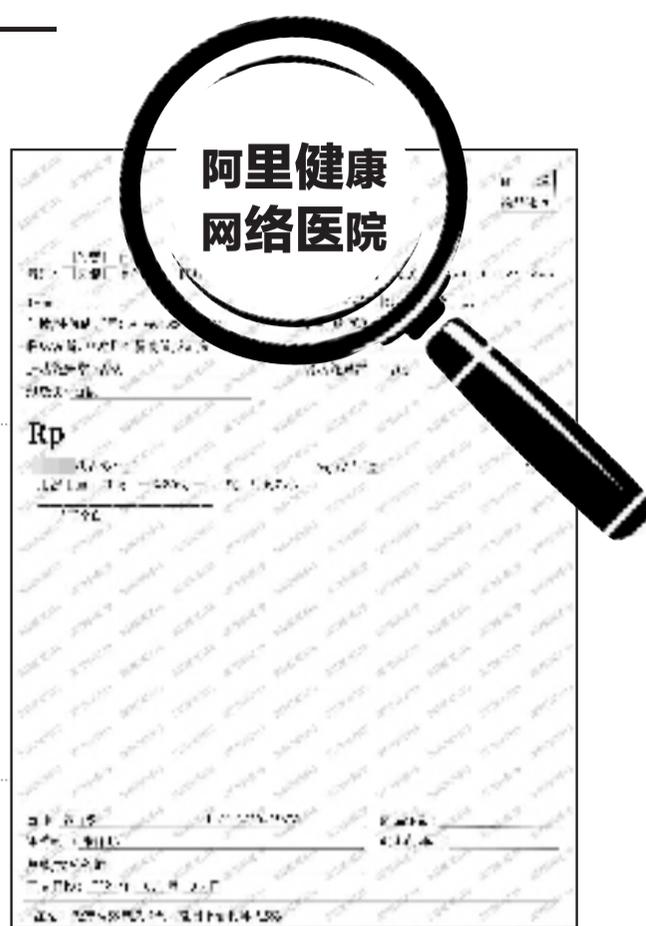
“这个药其实我早前也听说过,当时说是只在国外有。”章森平时对药物并不大关注,“实在是反流来回反复,太难受了,吃了药,又没怎么改善,心里很急,所以听说有其他效果更好的药,一直在等,总想试试。”

医生告诉他,这个药效果比较明显,而且是一天吃一次,也不用限定在饭前半小时。

章森高兴坏了,“这个服用方式太适合我了。再也不用担心没办法按时服药了。”他很快在天猫阿里健康自营大药房下单。

5月6日上午,广东省人民医院和中山大学附属第二医院的医生在阿里健康互联网医院开出处方药品,两个小时,章森收到菜鸟物流配送的药品,速度很快,让他意外。

章森期待自己能早点摆脱这种熬人的痛苦,“我做梦都想能一觉睡到天亮啊。”



昨日急诊



20个小时
8台急诊
手术,都是
“劳动假期”的劳动
伤

健康跟我做



落枕脖子
动不了?
几个动作
就能处理
好

舌尖上的药材



有味中药,
在水一方
——芦根。
唐代名医
孙思邈留
下来的祛
暑良方