

暑假增30斤,寒假又增20斤 17岁花季女生把自己吃进了ICU

杭州西溪医院将举办3·18全国爱肝日健康周系列惠民活动

本报记者 何丽娜 通讯员 沈文礼 金薇薇

慢性肝炎、重症肝炎、肝纤维化、脂肪肝、妊娠肝病、肝肿瘤……在大家所知道的各种肝脏疾病中,总觉得脂肪肝是最轻最无关紧要的,但你知道脂肪肝也会要人命吗?

17岁的杭州女孩小颜(化名)刚从与死神擦肩而过的惊悚中走出。2型糖尿病伴酮症酸中毒、急性胰腺炎……看着一堆检查单上任何一项都可能要命的诊断,她不禁为自己因无知而犯的错叹了口气,原来这些毛病竟然都跟脂肪肝有关。

17岁花季女生 把自己吃进了ICU

半个多月前,大家都还沉浸在过年的喜悦中,还未开学的小颜更是吃着美食享受着最后的假期。突然,她只觉得眼前一黑,昏倒了,任凭家人怎么叫都没有回应,而等她醒来睁开眼睛时,已经躺在了杭州市西溪医院(杭州市第六人民医院)的重症监护室里。整整花了2天时间抢救,小颜的各项生命体征才稳定,转到脂肪肝肥胖糖尿病亚专科病房进行后续治疗。

小姑娘1米63的身高,体重有150斤,看着病床上被一身“负担”压得身体虚弱的孩子,科室负责人应慧敏心里五味杂陈:“又一个被脂肪肝毒害的孩子!都是被家长宠出来的!”虽然一见面就已心中有数,但住院期间详细了解病史后,她还是被惊到了。

小颜说,其实一年前的她一点也不胖,体重大概刚过100斤,但去年过了一个放纵的暑假后,就开始失控了。天天窝在空调房里,靠着奶茶、饮料、冰淇淋和外卖过活,于是,2个月时间,身上的肉足足长了30斤。

体重的突然飙升,机体内随之发生了一系列复杂的变化,“警报”也随之响起,老是觉得很累想睡觉,老觉得嘴巴干想喝东西,可小颜并不觉得这些是问题,而等到假期结束开学,生活恢复之前的规律,这些不适逐渐消失,嘴巴不干了,精神也好起来了,所以,她就更不在意了。

转眼又到了寒假,小颜过得比暑假有过之而无不及,除了她自己外卖叫来的食物外,妈妈每天还搬许多好吃的回家,只要是宝贝女儿喜欢的,她无不满足,因为她觉得,孩子的学习压力太大,上了高中后住校又照顾不到,所以总劝她放假要多吃点。

在暴饮暴食的助力下,上学时原本稳定住的体重又开始飙升,这一次更离谱,不到一个月时间小颜重了20斤,口干、乏力的症状又回来了。还没等到警觉,小颜就昏迷送医院抢救了。



应慧敏主任在坐诊

不痛不痒的脂肪肝也会要人命

“孩子吃什么其实都是由大人掌握,不能放任不管,更不能什么好东西都往孩子嘴里塞,高热量的东西吃多了以后在体内就成了负担,便以脂肪的形式在皮下和内脏沉积下来,肉眼可见的变化就是腰围的增粗,而内脏脂肪增多的问题随着年龄增长也越发凸显,在临床中脂肪肝最为典型,一般在体检中就可以很容易发现,大人也是如此。”应慧敏耐心地跟小颜母女说。

脂肪肝在发病初期都是没有症状的,这就是为什么很多人得病了而不自知,或是明明已经发现了也不重视。殊不知,这些多余的脂肪无时无刻不在身体里搞破坏。等到出现乏力、恶心、胃口不好时,已进展到了肝功能异常。如果再不干预,就会出现一系列更严重的并发症。在肝脏内,一点点纤维化,直致肝硬化、肝癌;同时,在肝脏外,糖尿病、高血压、

冠心病等会陆续出现。

应慧敏说,像小颜这样脂肪肝在短时间内出现要命并发症的其实不多见,更多的人是“温水煮青蛙”,等幡然醒悟要重视起来时已经晚了。事实上,对付早期脂肪肝并不难,有好大一部分人都不用吃药,只要减肥就好。科学研究已经证明,脂肪肝患者若能减重10%,脂肪肝可明显缓解,肝功能也可以明显好转。

小颜在应慧敏及其团队的帮助下,已经开始做脂肪肝干预,告别高热量的食物,科学运动,虽然刚做起来感觉有点辛苦,但有组数据让她充满希望。2020年全年,应慧敏团队为260余例脂肪肝患者做了干预,经过3-6个月的时间,平均减重15%,有25%的人脂肪肝完全逆转,70%的人脂肪肝明显好转。

肝脏不好一身病

在快节奏生活的今天,压力也随之而来,而压力背后则是一身的毛病,内分泌失调、急躁易怒、长痘长斑等,尤其是肝病,患病越来越年轻,殊不知,这些都是不良生活习惯“养”出来的。

长时间对着电脑、饮食不规律、肠胃难受,尤其是女性,脸上开始长痘,口臭、失眠、噩梦、偏头痛等

统统找上门,工作开始变得力不从心。

更糟糕的是,当你身体抵抗力下降的时候,各种病毒也会趁虚而入,比如乙肝、丙肝……从而更大肆破坏肝脏。

所以,是时候悬崖勒马了。就从给你的肝脏做一个专属“体检”开始吧。



春天的杭州市西溪医院一角

100个肝病筛查名额免费送

在杭州市西溪医院,每年都有数以万计的肝病患者从省内外前来求诊。有一次次被从死神手中救回来的肝癌患者,有孕期遭遇肝硬化险情的准妈妈,有靠人工肝治疗闯过生死劫的肝衰竭病人,还有吃药吃出肝损的不幸人……所幸,他们在这里通过中西医结合特色治疗,肝病得到了控制、好转甚至是治愈,生活质量得以显著提升。

罗马不是一日建成的。建院80多年来,西溪医院一直致力于各种肝病的诊治研究,充分发挥内外科、中西医结合在肝病治疗领域的特色与优势,聚焦当今肝病诊疗常见病、多发病和热点难点,多学科、多专业交叉融合,开展了对慢性肝炎、重症肝炎、肝纤维化、脂肪肝、妊娠肝病、母婴阻断、肝肿瘤、门脉高压及肝病药物研发的临床和基础研究,用自己的专长助力大家的健康。

3月18日是第21个全国爱肝日,西溪医院将举

办3.18全国爱肝日健康周系列惠民活动。

1.大型惠民义诊:当天上午8:00-12:00,所有门诊免收挂号费,并特邀十余名肝病及相关专家在门诊大厅提供现场咨询服务,开展免费测血压、血糖等服务。

2.免费肝病筛查:包括检测AFP(肝癌筛查指标)、肝功能六项、乙肝表面抗原、血糖、血脂、胆固醇等指标(100个名额,先报先得,有需要的人可在3月16日前扫一扫旁边的二维码报名预约)。

3.科普公益讲座:3月17日-3月24日每天晚上7:00开始,邀请医院省级名中医、教授、主任医师等肝病专家,通过“杭州市西溪医院”视频号直播,围绕肝病相关问题进行线上解答。

