

节假日急性消化道出血高发 这个团队多学科协作 8天实施32台胃镜止血治疗

丙午马年新春假期,当万家团圆的欢声笑语弥漫街巷,沈阳市第六人民医院重症医学学科的灯火依旧通明。作为沈阳市急性消化道出血救治中心的核心阵地,这里的医护人员放弃与家人团聚,以白衣为甲、以专业为刃,在春节假期打响了一场与死神赛跑的生命保卫战。春节期间,重症医学科副主任张丽瑶团队累计成功实施32例急诊胃镜止血治疗,用坚守诠释医者初心,用精准守护百姓安康。

节日期间,频繁的聚餐应酬、暴饮暴食、过量饮酒,加之作息紊乱,使得消化性溃疡、食管胃底静脉曲张破裂等疾病极易诱发大出血。沈阳市第六人民医院自2021年获批成立沈阳市急性消化道出血救治中心以来,依托重症医学科搭建多学科协作(MDT)平台,形成了“急诊科快速评估-ICU生命支持-内镜精准止血-麻醉科安全护航-检验输血科高效保障”的全链条救治体系,服务覆盖黑、吉、辽、蒙等多地区。今年春节,这一成熟的救治模式再次经受住考验,成为应对突发急症的“定海神针”。

“急诊转入一名68岁男性患者,呕血约800毫升,血压降至70/40mmHg,已出现失血性休克!”2月17日正月初一凌晨3时,一阵急促的电话铃声打破了值班室的宁静。这是春节期间接诊的第一例重症患者,也是32例手术中的第一场硬仗。患者有25年肝硬化病史,因春节聚餐饮酒诱发大出血,入院时意识模糊,随时可能因呼吸循环衰竭发生致命危险。

时间就是生命。接到通知后,团队第一时间赶赴科室,同时启动消化道出血救治绿色通道,多学科专家迅速集结:急诊科完成初步补液扩容,重症医学科护理团队快速建立双静脉通路、连接呼吸机辅助呼吸,检验输血科在15分钟内完成配血并送达红细胞悬液与血浆,麻醉科团队精准评估休克状态下的麻醉风险,为内镜操作保驾护航。

“患者生命体征暂时稳定,立即实施急诊胃镜探查及止血治疗!”凭借多年的临床经验,张丽瑶果断决策。在重症医学科,她带领团队操作内镜设备,在高清视野下小心翼翼地探查。屏幕上,患者胃底曲张静脉有一处破口正呈喷射状出血,周围黏膜因反复出血变得脆弱不堪。“准备组织胶和硬化剂,实施精准封堵!”张丽瑶边操作内镜,边下达指令。她稳稳操控器械,将组织胶精准注入破口封堵出血点,又对周围曲张静脉逐一注射硬化剂,彻底消除出血隐患。

15分钟后,手术顺利完成,患者出血完全停止,血压逐渐回升,此时,天边已泛起鱼肚白。在向家属交代了相关事宜后,ICU其他医护人员继续坚守在病床旁,密切监测患者生命体征,调整治疗方案。“春节期间的患者,要么是高龄体弱,



忙碌中的医护人员。 医院供图

要么是基础病复杂,每一例手术都是挑战,容不得半点马虎。”张丽瑶表示。

这样的紧急抢救,在春节假期每天都在上演。大年初四夜间,张丽瑶团队更是连续奋战12小时,完成了7台高难度胃镜止血手术。这些患者中,有因胃溃疡大出血伴多器官功能减退,手术难度极大的88岁老人;有因饮酒过量导致贲门黏膜撕裂,出血迅猛的中年男性;还有反复出血,需要多次内镜下干预的肝硬化晚期患者。面对不同类型的出血情况,团队精准施策,采用组织胶注射、硬化剂治疗、套扎器止血等多种内镜下止血技术,根据病情制定个性化方案。高龄患者黏膜脆弱、血管壁薄,团队操作时格外轻柔,最大限度减少组织损伤;休克状态下的患者,团队在手术的同时与ICU医护密切配合,实时调整补液速度和血管活性药物剂量,确保患者生命体征稳定。

32例手术的成功,不仅彰显了团队的医术,更体现了沈阳市急性消化道出血救治中心成熟的多学科协作机制。重症医学科、急诊科、内镜中心、麻醉科、检验输血科等科室24小时待命,实现了“串联式急救”向“并联式急救”的转变,患者从入院到接受内镜治疗的时间被压缩至最短,极大提高了救治成功率。

这个春节,张丽瑶和团队成员错过了与家人的团圆时光,却用精准的医术、坚定的担当,为32个家庭守住了团圆。当万家灯火渐次熄灭,ICU里的灯光依旧通明——那是这座城市最温暖的守护。

单强 文



节假日大餐后 肠胃要这样“减负”

春节假期结束,阖家团圆的丰盛餐桌、欢聚畅饮的热闹氛围,却让不少人的肠胃“不堪重负”。沈阳市红十字会医院消化内科主任李瑜斐介绍:节后门诊中,急性肠胃炎、胰腺炎、胃食管反流等患者明显增多,多与假期暴饮暴食、饮食杂乱、作息紊乱密切相关。在此,为大家送上专业护理指南,帮超负荷的肠胃快速“归位”。

不适别忽视 节后肠胃三大高发问题

假期里高脂油腻、过量饮酒、冷热交替进食、熬夜久坐,让消化系统持续处于高压状态。李瑜斐表示,急性肠胃炎最为常见,多由食材储存不当、不洁饮食或生冷刺激引发,表现为突发腹痛、上吐下泻,严重时可能出现脱水、电解质紊乱。急性胰腺炎堪称“节日重症”,酒精与高脂肪食物叠加,会急剧加重胰腺负担,发病急、进展快,以中上腹剧烈疼痛、呕吐不止为典型症状,可能危及生命,务必高度警惕。消化不良与胃食管反流则是暴饮暴食的常见后遗症,过量进食、餐后立即平卧,易引发反酸、烧心、腹胀、嗝气,虽不致命,却严重影响节后生活与工作状况。

科学护理 温和修复肠胃功能

节后胃肠护理,关键在减负、规律、及时。遵循科学方法,远离饮食雷区,让肠胃平稳恢复健康状态,才能以更好的状态回归日常工作与生活。

饮食减负:清淡过渡,给肠胃“放个假”。节后饮食核心是减负、温和、规律。暂停油腻、辛辣、甜食、酒精及浓茶咖啡,以小米粥、烂面条、蒸蛋、山药等软烂易消化食物为主,少食多餐、细嚼慢咽,每餐保持七分饱。多吃蔬菜、杂粮等富含膳食纤维的食物,多喝温水,减轻胃肠刺激,逐步恢复消化功能。

作息复位:规律作息,助力消化恢复。熬夜守岁、作息紊乱会直接抑制胃肠蠕动、减少消化液分泌。尽快恢复规律作息,保证每天7~8小时睡眠,三餐定时定量。餐后避免立即久坐或平躺,可慢走15~30分钟,同时注意腹部保暖,减少胃肠痉挛与反流风险。

对症处理:科学应对,不适别硬扛。轻微腹胀、嗝气可通过适度运动、顺时针轻揉腹部缓解;腹泻时以清淡补水、暂停生冷油腻为主。若出现剧烈腹痛、持续呕吐、高烧不退、便血等严重症状,一定要及时就医,切勿自行服用止痛药、止泻药,以免掩盖病情、延误治疗。

重点人群护肠胃 细节防护要到位

节日过后,老人、儿童以及患有慢性病的患者应尤为注意胃肠的呵护。老年人消化功能减退、免疫力偏低,饮食以清淡软烂、少量多餐为宜,严格禁酒,避免腹部受凉。此外,胃溃疡、糖尿病等慢性病患者,需坚守饮食禁忌,不得擅自停药,严格控制饮食,防止病情波动。此外,儿童消化功能尚未完善,减少零食、饮料及油腻食物摄入,家长需加强看护,避免异物误食,出现不适及时就诊。

姜晓菲 文

赶走节后综合征 医生给出“收心”指南

本报讯 记者何金池报道 春节假期落幕,各行各业迎来开工时刻,不少人却陷入了节后综合征的困扰:提不起工作劲头、注意力难以集中,可能还会出现睡眠紊乱、肠胃不适等问题,迟迟无法从假期的松弛状态切换到工作模式。

沈阳市精神卫生中心门诊部副主任、副主任医师敦雪菲介绍,想要减少或避免节后综合征的发生,可以从作息、饮食、运动、心理等多方面循序渐进调整,让身心逐步回归正轨。作息上温柔校准生物钟,早晨尽早拉开窗帘,适当进行户外运动接受自然光照,逐步调整入睡时间,睡前1

小时远离电子产品,因为其产生的蓝光会减少褪黑素的分泌影响睡眠,可以换成阅读或听助眠音频;饮食上可尝试吃两三天素食,每餐七分饱,选择蔬菜、水果、稀饭等清淡食物,搭配高纤维食材和易消化蛋白,保证充足饮水,减轻肠胃负担;运动上可选择快走、慢跑、瑜伽等适合自己的方式,促进血液循环,增强心肺功能,改善睡眠质量,提升身体适应能力;心理上可以把工作任务拆解成若干小目标,每完成一个都是对信心的积极反馈,同时给自己设置缓冲期,增加积极的心理暗示,鼓励自己“我可以的”,缓解复工焦虑。