

# 结肠息肉的诊断和治疗

结肠息肉是比较常见的现象，大约30%到50%的成人发现有结肠息肉。特别是在工业化国家的人群中比较普遍。一般认为饮食和环境因素比较重要。诱发结肠息肉的因素包括：高脂肪饮食，低纤维饮食，以及吸烟等。有些家族性结肠癌早期表现为多发性结肠息肉，此时应当提高警惕。结肠息肉大部分在做结肠镜时发现。在结肠镜下，息肉一般呈现为向结肠腔内突出的软组织块。有时息肉也会出现溃疡或出血。

结肠息肉在组织学上一般分为两大类：增生性息肉和腺瘤性息肉。增生性息肉一般较小，位于直肠和乙状结肠，一般不会发生恶变，

临床意义也不太重要。而三分之二的结肠息肉是腺瘤性息肉。它们有恶变的可能，但大部分不会发生恶变。通常来说，息肉的尺寸越大，则恶变的可能性加大。因此在这种情况下医师常常利用结肠镜把息肉切除并送去病理检查。进一步的治疗方案要根据病理报告来决定。

许多尺寸较小的结肠息肉一般都没有明确的临床表现，而常常是在因为其它原因接受结肠镜检查时偶尔发现。一些尺寸较大的结肠息肉会出现大便中鲜血或黑便，有时也出现模糊的腹部不适。

预防和降低结肠息肉和结肠癌发病率的措施包括低脂肪饮食，多食水果，蔬菜和纤维。

维持正常体重，避免吸烟和酗酒。目前正常人做年度体检时，一般建议五十岁以上的人应接受一次结肠镜检查，大多数医疗保险公司都会支付此次结肠镜检查的费用。有多发性结肠息肉家族史的患者，应当提早进行结肠镜检查，具体的诊断和治疗方案应当与您的医师仔细讨论。

隋爱平医师目前担任乔治城大学医学院家庭医学科临床助理教授。电话：240-404-6423；电子邮件：peterasui@yahoo.com。欢迎您全家把爱平诊所作为您的医疗保健中心。爱平诊所的地址：604 South Frederick Avenue, Suite 200, Gaithersburg, MD 20877。



隋爱平医师  
乔治城大学医学院  
家庭医学科临床助理教授

## 《长今医话》541



谭成医师先学西医是麻醉学专家23年★后学中医是中医经络学专家14年。精通用神经-经络-穴位治病-治病-根治疼痛。特长：治疗各种疾病引发的疼痛-骨关节疼痛-胃肠痛-头痛-神经痛和痛经等。

# 胆囊切除之后还能“大吃大喝”吗？

《您的健康才是最宝贵的财富》现在人们越来越认识到世界上最贵的就是生命，所以一切都是为了健康。身体累了该休息就得休息，困了该睡觉就得睡觉，不能为了赚钱而不要健康。因为钱财再多身体垮了健康丢了再多的钱财也是“过眼云烟”不属于你。可见，只有健康的身体才是您最宝贵的财富。为了您的健康为了您的宝贵财富属于您，中西医兼备的疼痛专家谭成医师能为您的延年益寿保驾护航。他有西医临床麻醉主治医师的功底，还有中医经络穴道治病治疗的绝招。他还能利用中医中药推拿指针经络治疗各种疾病引发的“疑难(痛)病症”，尤其对各种颈椎、

腰椎，背部脊椎骨，髋关节缺血损伤，膝关节神经痛的穴位经络治疗特别有专长研究。比如擅长治疗各种顽固性头痛、耳鸣、颈椎病、腰腿疼，股骨头坏死(缺血)女性功能低下和前列腺肥大阳痿等病症

胆囊切除后为什么不能随意吃高脂肪食物？

胆囊的主要功能是用来储存和排泄胆汁，在进食的时段胆囊开始收缩把储存在胆囊里的胆汁，排泄到肠道里帮助人体消化和吸收食物中的脂肪。如果因为各种原因胆囊被切除了，那么就意味着身体没有了储存胆汁的地方，虽然胆汁还在继续不断的产生，但是没有储存的地方，分泌出来的胆汁会不断流入肠道，因此身体会出现胃肠消化不良，因为无法正常地消化和吸收脂肪而导致摄入的脂肪不能消化。如果饮食中有太多没有被吸收和消化的脂肪食物，病人就会出现腹泻、腹胀、消化不良、大便不成形的情况。肝脏分泌的胆汁持续不断的流入十二指肠，在消化阶段会显得具有浓缩储存和排空胆汁流入肠道的胆汁不够，从而调节胆道内压力的作用消失，而不是消化时段流入肠道的胆汁不能发挥其作用，病人会感到非常不舒服。对于术前多年胆囊结石已经没有功能或者功能下降的病人，病变的胆囊切除之后没有太多影响吸收和消化脂肪。每个人身体素质条件和条件不同，有的人切除术后会影响睡眠而且容易有受惊失眠的情况，一般通过调节睡眠会得到改善。还有的人在胆囊切除之后会出现胃食管反流甚至会频繁地出现腹泻腹胀的症状。

需要限制吃肉和鸡蛋的数量吗？  
总而言之，对于胆囊已经出现问题的人来说，切除比保留它更利大于弊的。但是由于对脂肪的吸收和消化会受到一些影响，所以饮食上需要注意①要尽量少吃高油脂和高脂肪的食物。(2)胆囊切除后吃肉和鸡蛋都是可以吃的。因为胆汁还会继续分泌，还可以继续吸收和消化脂肪。但是由于消化能力比较差尤其是在刚摘除的时候。(3)尽量少吃肉和高脂肪的食物比如：肥肉、猪肉等。可以吃些低脂肪的鱼肉鸡胸肉等。(4)吃肉的时候尽量要吃清炒为主少放油和盐。建议每天吃肉不超过75克。鸡蛋要少吃鸡蛋黄，由于一个鸡蛋黄的脂肪含量为4.5克脂肪含量比较高，因此在刚摘的时候，要尽量吃些鸡蛋白。等到身体恢复了再可以正常地吃鸡蛋。(5)饮食要清淡以流质食物为主，少摄入脂肪并且要控制肉食量一直到身体恢复之后，要从易消化食物开始慢慢恢复饮食量。不能大吃大喝尽量保持少食多餐按时按量杜绝暴饮暴食。

请有胃肠道问题的朋友联系《疑难病康复中心》的谭成医师，他早年是西医麻醉主治医师，有丰富的麻醉科治疗疼痛的临床经验，还是正宗的中医经络学专家，他能用特殊的方法为您舒通血脉，舒筋活络调节增强大脑和心脏局部供血，治疗头痛，胃痛，痛经及全身关节疼痛。联系电话301-251-8777。春节期间治病有优惠办法。www.ctchina.us 但愿您不虚此行。地址：18514 Office Park Dr Montgomery Village Ave MD 20886(近270#355#149# 盖城图书馆)。

**谭成 医师**  
中医西医疼痛学专家，免费看病诊断！  
**中医疼痛整骨推拿**  
《北方老乡诊所》  
3-045  
● 整骨推拿、穴位治病、根治疼痛  
● 免费车祸看病、关节疼痛、颈椎受伤  
● 手脚冰冷麻木、胃疼肥胖锦囊妙法  
● 痛经痒痒 坐立难安、阳痿特效秘方  
● 意外滑倒受伤，有20年中美合作律师  
★ 另设：抗老年痴呆调理 接受车祸  
★ 监护：家庭巡诊治疗 藏药蒸熏  
★ 足浴：治腿膝关节 腰腿关节疼  
精通：整骨推拿、穴位治病、根治疼痛  
★ 另设：抗老年痴呆调理 接受车祸  
★ 监护：家庭巡诊治疗 藏药蒸熏  
★ 足浴：治腿膝关节 腰腿关节疼

全时电话：301-251-8777  
诊所地址：微信：1906595510 网络预约：www.ctchina.us  
18514 Office Park Dr Montgomery Village ave MD 20886(近Lakeforest Mail)

**张宇 内科医师**  
Michael Zhang, M.D.  
United Primary Care, LLC.  
24年在美执业经验  
医术精湛 服务全面 耐心周到  
3-120  
主治：内科各种慢性疾病(糖尿病,高血压,高胆固醇,关节疼痛和病变)  
专治:Lymes 病,吗啡类成瘾治疗  
提供：健康年检、学生体检、移民体检、肿瘤普查  
全面接受新病人，接受各种医疗保险和自费  
电话：703-775-1004 传真：703-775-1007  
地址：1860 Town Center Drive, Ste 320, Reston, VA 20190

精通中文  
门诊时间  
9 Am-6 Pm, 周一至周六

☑ Inova 内科医生  
☑ 美国内科学会专科文凭  
☑ 美国内科学会会员  
☑ 纽约威尔逊医院内科医生  
☑ 纽约州大学医学院内科医生  
☑ 中山医科大学医学学士  
☑ 浙江医院胸外科医生

**爱平诊所**  
Gaithersburg Family Medicine  
美国家庭医师专科文凭、美国家庭医师协会会员  
主 治  
各种内科、外科、妇科、儿科、皮肤科、神经科、常见疾病。成人及儿童常规体检、预防接种、各种外科门诊手术及外伤缝合、清创。  
徐唯 医师  
Wei Xu MD  
周一至周六全日门诊  
604 South Frederick Ave, Suite 200, Gaithersburg, MD 20877 在355大道和West Deer Park Road交口处 3-050

隋爱平 医师  
Aiping Sui MD  
积累多年丰富的临床经验  
接受多种医疗保险及自费  
预约电话：  
240-404-6423

● Shad Grove Adventist Hospital 和 Secure Medical Care 主治医师  
● 原 Mercy-Mayo 和 阿阿华大学附属全科住院医师  
● Washington Hospital Center 移植外科 Fellow  
● George Washington University 遗传学硕士 上海第二军医大学毕业

**全生中医针灸**  
中医内科 中医妇科  
3-002  
北京中医药大学中医硕士  
中国中医科学院中西医结合博士  
美国乔治城大学医学院博士后  
河南中医学院客座教授  
3项国家专利，7部中医专著  
25年行医经验  
1. 各种关节疼痛、过敏、抑郁症  
2. 心脑血管病：高血压、冠心病、高血脂、肥胖、中风偏瘫等  
3. 肝炎肾炎、胃炎哮喘、癌症副作用  
4. 不孕症、乳腺增生、月经不调、子宫肌瘤、卵巢囊肿等  
5. 针灸美容、减肥  
中西结合，标本兼治  
天人合一，综合治疗  
www.wholelifeherb.com  
接受保险及车祸工伤  
地址：416 Hungerford Dr, #300 Rockville, MD 20850  
地址：5054 Dorsey Hall Dr, Suite 104 Ellicott City, MD 21042

**首都中医针灸**  
Capital Acupuncture & Herbal Care  
陈智松 博士  
预约电话：  
301-820-2528  
接受 CareFirst, Aetna, Cigna, United Healthcare 以及车祸工伤等保险  
www.chenmac.com  
资深教育，传承中医精华，主治内、外、妇、儿科各种常见病、多发病、疑难杂症，对各种痛症、过敏症、不孕不育、肿瘤放疗毒副作用等治疗有独到的见解。  
地址：波城/洛城 8818 Tuckerman Ln, Potomac, MD 20854  
盖城/德国镇 4 Professional Dr. #110, Gaithersburg, MD 20879  
位于 I-270, 355 大道上，大中华超市、Costco、大华超市 (99 Ranch Market) 之间，交通停车方便。  
3-094

● 美国国家针灸和中药学资格证书(NCCAOM)  
● 马里兰州执照针灸师  
● 二十多年行医经验  
● 北京中医药大学本科  
● 中国中医科学院中西医结合硕士  
● 新加坡国立大学医学院博士  
● 美国国立卫生研究院肿瘤研究所博士后  
● 20余篇著作  
● 生命科学和国际免疫药理学杂志特邀审稿专家