

# 胆囊息肉的诊断和治疗



隋爱平医师  
乔治城大学医学院  
家庭医学科临床助理教授

胆囊息肉是胆囊壁粘膜的一种生长物,往往在做超声波时偶然发现。其临床意义主要取决于它是否会发展成恶性肿瘤。大多数超声波的阳性发现都不是恶性肿瘤,而仅仅是一些粘膜增生或胆固醇沉积。但是,仅靠超声波的特征有时并不十分特异,因而很难排除胆囊癌或癌前期腺瘤的可能。

### (一)危险因素和分类:

在一项研究报告中,没有发现胆囊息肉与年龄,性别,体重,是否用激素替代疗法相关。胆囊息肉主要分为良性和恶性两种。最常见的良性息肉是腺瘤,最常见的非肿瘤性息肉是胆固醇沉积,其次是腺肌瘤和炎症性息肉,而最常见的恶性病变是腺癌。

### (二)临床表现和诊断:

通常胆囊息肉是在做其它腹部超声或放射线检查时偶然发现,有时也会表现为右上腹痛,消化不良,恶心,呕吐等等。诊断的方法包括腹部超声波,CT扫描,食道超声波检查等。

### (三)治疗:

确定的治疗方法是胆囊切除。一般对于有症状和同时并发胆结石的患者都应考虑胆囊切除。另外如果胆囊息肉并发胆管硬化症或胰腺炎时也应进行胆囊切除。对于没有上述情况的患者来说,是否进行胆囊切除主要取决于胆囊息肉的大小。(1). 息肉直径大于18至20毫米,通常是恶性息肉,应该切除;(2). 息肉直径在10至20毫米之

间,发生恶性肿瘤的机率在25%到77%之间,应考虑内窥镜胆囊切除;(3). 息肉直径在5至10毫米之间,应当严密随访,如定期重复超声波检查等。如果息肉增大则应当手术。(4). 息肉直径小于5毫米,通常是良性的,也应当在6到12个月之间重复超声波检查以观察是否有任何变化。

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。

## 《长今医话》545



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。

《熬夜!透支健康》为了改变自己的命运通宵挑灯夜读,研究,论文,成功了!疯狂的熬夜透支了身体,不惜牺牲自己五脏六腑的健康成功的出人头地了。可到了生死临界点才发现不是娇妻,不是别墅,不是年薪百万,而是人生拼到最后终止了体力和健康。山东泰山医学院42岁的医生猝死在手术台旁;天津总医院神经外科45岁的医生心脏病发作猝死;上海龙华医

# 心脏猝死的另一个原因——“熬夜”

——追求成功“长期熬夜”值得吗?

院消化科主治医师不幸猝死!北京协和医院全国著名“健康专家”58岁猝死;香港名医44岁猝死;36岁医生患癌从发病去世仅14天;北京同仁堂前董事长39岁因心脏病猝死。他们都是医学领域的专家,但是他们的英年早逝都与熬夜拼搏,疲劳过度健康透支有关。

临床医学认为:当你睡眠长期不足时身体就会处于高度应激状态,体内需要不断分泌肾上腺素调整,而过量激素会造成血管收缩异常,这也是最容易引发心源性猝死的原因。那么熬夜到什么程度会导致猝死呢?每个人身体的实际情况不同,猝死的原因大部分是由于室性心律失常或者心源性原因导致的。这对于自以为心脏功能较好的人长期熬夜猝死的机率都在增加,尤其现代人猝死的年龄逐年趋于年轻,究其原因发现“经常熬夜”是其中最重要的共性原因之一。

熬夜猝死前有什么征兆?

1. 胸口疼痛,即胸前区疼痛(心肌缺血)是猝死到来之前最早出现的症状,同时会有呼吸困难。

尤其是有冠心病和心绞痛的患者,胸闷就是猝死的前兆,心绞痛发作的次数会比以往增加。说明长期熬夜造成的心脏冠状动脉血液循环不畅,心脏严重缺血会导致胸闷的症状加剧。如果不及时改善心绞痛缺血,病情恶化发展就会发生急性心肌梗死。

2. 疲劳加剧。病人有不明原因的疲劳,四肢无力,胸口发闷,呼吸困难,这就是心肌炎心脏收缩无力,心脏猝死前的主要症状。

3. 昏厥和肢体麻木,多数昏厥是心脏和脑部突然供血不足引起的。一般来说昏厥倒地后可能持续几秒钟然后自动苏醒,如果不能恢复就会导致猝死。所以,出现不明原因的昏厥,要尽快查明心脏和脑内疾病。如有眼前发黑,单侧肢体麻木,无力,走路不稳就要警惕颅内病变“脑中风”。

4. “黑眼圈”不容忽视。熬夜能加重你的黑眼圈,如果及时补充可以尽快恢复元气。如果长期熬夜就会有心跳过快,全身无力黑眼圈加重,这是睡眠不足给心脏带来的心肌缺血负担加重;而两眼发黑

说明心脏的射血量满足不了内脏器官的生理需要。

5. 长期透支身体等于慢性自杀。美国医学家的一项研究发现:成年人的睡眠在6.5小时-7.4小时之间死亡率最低,而如果睡眠时间少于4.5小时或高于9.4小时死亡率会明显增高。一位经常熬夜的姑娘每天都到一点多才睡觉,有一天晨起她突然发现自己脖子剧痛,后脑勺有像针扎一样痛,脑内有发热感,突然全身出冷汗。她立刻打电话求救医生结果,“脑内多处毛细血管出血”,有惊无险让她接受了熬夜的教训。

6. 长期熬夜内脏会有什么变化?熬夜能使内脏器官功能紊乱,交感神经功能紊乱。每天睡眠不足就会出现头痛和精神萎靡不振,每天睡眠不足五个小时心脏病的概率会增加40%。长期熬夜的人肝脏肾脏无法进行正常排毒代谢,全身器官的运行都会受到缺氧的影响,患癌的机率大大增加。

怎样才能降低猝死的危险? 1. 降湿气,不熬夜就能降低湿气降低心脏猝死的危险。熬夜会使体内

内湿气增加,湿气聚集在脾胃处可用中医穴位推拿足三里或胃脘等疏通,可以有效祛除脾胃湿邪降低熬夜猝死的危险。

2. 多喝水,水是生命之源每天需要补充2000毫升,尤其是睡前和晨起需要补充大量的水来稀释血液和激活脱水细胞的活性,降低心血管和脑血管病的发病机会。3. 不憋尿,长期熬夜的人都有憋两“便”习惯。憋两便会使体内毒素增加,会影响新陈代谢和血液循环,心脏血管疾病的发病率会增加。4. 少烟酒:吸烟酗酒和肥胖都会导致心脏发病率增加。如酒后情绪激动血压升高,导致心脏血氧供给不足,大脑和心脏长期处于缺氧状态极易发生病变。据调查显示,中国每年猝死人数高达55万,每天猝死人数有1000多人,其中18~39岁的青年猝死率高达43%。睡眠不足(熬夜)是导致猝死的重要原因。我们《疑难病-康复中心》的谭成医生是先学西医后学中医的疑难病专家,有问题需要调整睡眠的朋友可以拨谭成医生办公室电话301-251-8777咨询。地址:18514 Office Park Dr Gaithersburg MD 20886(近盖城图书馆-124#)

中医西医疼痛学专家,免费看病诊断! 3-045

## 中医疼痛整骨推拿

### 《北方老乡诊所》

精通:

- 整骨推拿、穴位治病、根治疼痛
- 免费车祸看病、关节疼痛、颈腰椎受伤
- 手脚冰冷麻木、胃疼肥胖锦囊妙法
- 痛经瘙痒 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

家诊服务

- ★ 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

**谭成 医师** 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)

## 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

Shad Grove Adventist Hospital 和 Secure Medical Care 主治医师  
原 Mercy-Mayo 和 阿阿华大学附属家庭全科住院医生  
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

**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

604 South Frederick Ave, Suite 200, Gaithersburg, MD 20877 在355大道和 West Deer Park Road 交口处 3-050

**徐唯 医师**  
Wei Xu MD

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。

周一至周六全日门诊

South Frederick Ave 855 604

## 中华堂中医馆

● 中医门诊 ● 针灸 ● 中药 ● 推拿 ● 刮痧 ● 拔罐 ● 中医养生

中医内科: 心脑血管疾病、肠胃病、肝胆病、过敏、哮喘、妇女痛经、月经不调、不孕、乳腺病、更年期综合征、性功能障碍、慢性疲劳综合症、失眠、头痛、抑郁、等。

针灸推拿科: 面瘫、偏瘫、四肢瘫、全瘫、小儿脑瘫、中风后遗症等;腰痛、背痛、坐骨神经痛、颈肩综合征、网球肘、膝痛、扭伤、运动伤害、车祸后康复治疗、养生穴位推拿等。

中医美容: 雀斑、黄褐斑、粉刺、酒渣鼻、脱发、减肥、等。

中药: 针对每一位病人的病情定制配方。

中医养生保健

受理多种保险, 自费优惠 精治车祸伤害, 为你争取权益。

预约电话: 202-818-9161 www.AmericaTCM.com 3-100

诊所地址: 8935 Shady Grove Ct, Gaithersburg MD 20877

## 张宇 内科医师

### Michael Zhang, M.D.

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, 吗啡类戒瘾治疗

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

## 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

主治:

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

接受保险及车祸工伤 www.wholelifeherb.com

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

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 大道边上, 大中华超市, Costco, 大华超市 (99 Ranch Market) 之间, 交通停车方便。 3-094

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。

www.chenmac.com