

## 非酒精性脂肪肝炎

非酒精性脂肪肝炎的特征为肝脏的炎症以及脂肪和纤维在肝脏中的积累。虽然同样的病变在酗酒者中也出现,但此病的患者却很少饮酒。具体的发病原因尚不明确,但非酒精性脂肪肝炎在糖尿病、肥胖和胰岛素抵抗的人群中多发。女性患者多于男性患者,好发年龄为40至60岁。病程多为慢性,对于每个患者来说其病程难以预测。大多数患者的肝病都不会十分严重,但少数患者会发生肝硬化。

病因:

前面已经提到,此病的原因不

明,但下列情况多与此病伴发:高血脂、糖尿病、肥胖、胰岛素抵抗、腹部手术,以及使用某些药物或接触某些毒素等。

临床表现和诊断:

患者的临床表现多种多样,包括疲倦、乏力、食欲不振、恶心、呕吐等。进一步病人可出现水肿、黄疸、皮肤瘙痒、腹部饱胀感等。诊断时医师会仔细询问患者的病史,并进行全面的体检。首先应当注意病人过去是否发生过肝炎,或者肝脏曾经遭受过其它损害,包括明确排除患者过去曾经有任何酗酒史。医师

同时也会注意各种肝功能不良的临床表现,包括皮肤色素沉着斑点、蜘蛛痣、肝掌等。实验室检查包括肝功能检查,各型肝炎的抗原和抗体检查,进一步的辅助诊断方法包括超声波、CT扫描、核磁共振等等,但这些方法有时难于区别导致类似病变的其它疾病。确立诊断需要进行肝脏活检。

治疗:

目前还没有治愈此病的特异疗法。治疗主要着眼于改善伴发疾病,包括减肥、控制糖尿病和高血脂等。适当的饮食营养和身体锻炼也

十分重要。当然必须完全禁止饮酒,尽管此病并非由酗酒所导致。同时要慎用或禁用任何有肝脏作用的药物。具体的诊断、治疗步骤应与您的医师仔细讨论后进行。

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

## 一胖生百病! 四大专家“解密”减重手术



“长这么胖,是不是管不住嘴吃太多了。”  
“多运动运动就瘦了,还是没耐心啊。”  
……

一直以来,人们认为肥胖就是因为没毅力。实际上,肥胖症是一种病,对患者来讲,是一种身不由己的难以控制,更重要的是,肥胖严重影响身体健康。当单纯的通过运动、饮食调整等方法,无法达到控制体重的目的时,减重手术就成为了肥胖患者们的另一种治疗选择。

但在生活中,无论是肥胖患者还是大众,对减重手术的误解仍然很多。

“一胖生百病”

中国医科大学附属第四医院副院长王勇教授说,理论上讲,肥胖是一类因为体重增加所引起的一系列症候群,它可能影响到很多脏器的功能。

南京医科大学第一附属医院减重代谢外科主任梁辉教授则用“一胖生百病”来形容肥胖给人体带来的影响:从头到脚,每个系统、每个器官都会受到肥胖的危害或产生相关的疾病。如与心血管系统的相关高血压、高血脂、心梗;与代谢相关的高血脂、高胰岛素血症、糖尿病、痛风;与呼吸系统有关

的睡眠呼吸暂停综合征等等。由于体重问题,肥胖患者的关节、骨骼都不堪重负,易导致关节损伤。此外,肥胖和肿瘤也密切相关。

不仅如此,肥胖还会对生殖系统造成影响。对女性来讲最重要的影响是多囊卵巢综合症,会导致月经不调、不孕。对于男性来讲则会影响到第二性征的发育,包括精子的成熟度、活力等。

减重手术不是为了美,是治病

减重手术就是指利用医学外科手段,改善肥胖患者全身症状的医疗方法。

梁辉教授指出,目前真正达到减轻患者体重、治疗患者代谢问题的方案只有减重手术。但每每听到“减重”两个字时,人们总会把它和减肥、塑型联系起来,实际上,减重手术的目的并不是变美,而是为了治病。

王勇教授说,所有肥胖相关的疾病都可以通过减重手术得到有效缓解,手术控制体重的同时,可以有效降低血压、改善血糖等代谢性合并症。最终的目的就是让患者延长生命、改善脏器功能,同时要改善生活质量。

那么,医美领域进行的吸脂、抽脂、切脂等对皮下脂肪所做的一系列手术,能否起到

同样作用?王勇教授给出了否定的答案。“真正对人体脏器功能有害的恰恰是医美手术无法达到的内脏脂肪,如果想通过医美的方式去改善自己所有的代谢性问题,包括糖尿病等,是不可能的”,王勇教授解释说。

哪些人适合做减重手术?

既然减重手术是一种治疗手段,就必然有着严格的手术指征,并不是随便就能做的。梁辉教授结合指南和临床实践,详细说明了哪些人适合做减重手术。

1、体重指数(BMI)超过32.5,不管有没有糖尿病都推荐做减重手术。BMI超过32.5的肥胖人士,靠自己减轻体重的可能性微乎其微;

2、体重指数(BMI)在27.5到32.5之间,合并有2到3种代谢疾病和代谢相关的问题,包括高血脂、高尿酸,甚至合并非酒精性脂肪肝,或是排卵、月经不规律、多囊卵巢等问题,也应该考虑减重手术治疗;

3、体重指数(BMI)27.5以下的人士,不是一定不能做,但从临床结局来看,这部分人手术后面临的营养风险、长期疾病缓解的满意度并不是那么高,或者说跟期望值有差距,因此,BMI在27.5以下的人,如果需要进行减重手术,需要通过医院的伦理申请,批准之后才可进行。

梁辉教授强调,减重手术前,医生会对患者进行详细的筛查,跟据患者的具体情况判断手术是否可行。

减重手术会不会反弹?

减重过程中,人们最不忍心看到的就是反弹。那么,减重手术后会不会反弹呢?

对此,梁辉教授表示,不同国家对反弹率的定义还不太一样,目前减重手术后再胖到原始体重的患者很少,主要原因和手术的原理有关,手术打破了原来比较高的调定点,也就是说摄入和消耗之间平衡被打破了,这个调定点会降低,患者术后的摄入的并不是很多,但他依然会保持健康的、精力充沛的生活状态。

另外一个很重要的方面是手术会改变胃肠道激素,通过胃肠道反馈到大脑,人们在食物的选择,包括嗅觉、食欲上都会发生明显的改变。这也就是减重代谢手术带来的长远效果的维持。

最容易被忽视的问题—麻醉

自20年前引入中国后,减重手术得到

了长足发展,2019年减重代谢手术全国手术量达到了1万多例。但在梁辉教授看来,单中心的手术量仍然不多。造成这一现状的原因很多,麻醉难就是其中之一。

“我曾经遇到过一个胖胖300斤,麻醉医生拒绝上麻醉,因为太重了,之前从来没有麻醉过。”梁辉教授举了一个亲身经历的案例。

麻醉是最容易被患者忽视的一个环节,但在减重手术中,麻醉医生面临的挑战却一点不少。

天津医科大学总医院麻醉科主任于泳浩教授和南京医科大学第一附属医院麻醉科主任刘存明教授告诉搜狐健康,做减重手术的患者虽然年龄不高,但他们的合并症数量并不亚于老年人,甚至更多,这就要求麻醉医生要充分地了解各种并发症对麻醉的影响。其次,麻醉过程中很多药物要按照公斤体重给药,并计算药量和代谢时间。但对于肥胖患者来讲,这样算出来的药量会非常恐怖,因此要按照矫正的体重给药,麻醉的用药选择及药量的控制需要非常精准;第三,肥胖患者大多数都会有呼吸系统问题,长期慢性缺氧会导致缺氧耐受性特别差,在麻醉过程当中稍微有风吹草动就会有问题。

而最令麻醉医生担心的,就是肥胖患者的困难气道。“用一点点麻醉药以后,呼吸道就完全不通了,这对于我们来讲就非常紧张了,如不马上解决问题,患者可能就要活活憋死”,刘存明教授说。

除此之外,术后拔管对于麻醉医生也是一个“难关”。刘存明教授介绍,肥胖患者本身呼吸功能就差,呼吸肌肉力量再不够,术后拔管就非常困难。因此,对于这些患者,医生会使用胆碱酯酶抑制剂、舒更葡糖钠等肌松拮抗剂,促进患者更快的恢复呼吸肌肉的力量。

上述这些都是麻醉医生面临的专业挑战,其实,就连手术床的承重、大小,把患者从推床移动到手术床上等看似简单的事情,在开展减重手术时,都可能变得困难。

于泳浩教授指出,减重手术是团队性的、多学科的合作,是需要有一定经验和病例积累的,这样才能保证碰到的各种问题都能及时处理。肥胖患者在选择医院时,也要注重综合实力和经验。

## 春夏交替,孩子容易得这个病

“大夫,您快看看我们孩子吧,已经烧了好几天了,输了液都不见好。”一位年轻的妈妈抱着哭闹的婴儿,进入诊室。

北京儿童医院顺义妇儿医院儿科医生对患儿进行了仔细的问诊和查体,最终诊断为川崎病。

“川崎病听起来比较陌生,但其实临床上越来越常见。”北京儿童医院顺义妇儿医院儿科麻佳佳医生告诉记者,川崎病又名皮肤黏膜淋巴结综合征,好发于春夏季节,近年来川崎病发病率逐年增高,以小于5岁儿童常见。

川崎病并不是毫无预兆的发病,父母平时多关注宝宝健康。北京儿童医院顺义妇儿医院儿科孙康医生告诉网友,如果宝宝有以下症状,应该及时带宝宝去医院就医。典型川崎病主要表现为以下6点:

1. 持续发热5天以上:普通感冒一般在3天左右就会退热,川崎病一般要发烧5天以上,有经验的医生可以在3天左右诊断。
2. 眼睛发红:双眼球结膜充血,但无瘙

痒,无分泌物,多发生于发热后3-4天,热退后逐渐消失。

3. 口唇及口腔改变:口唇干红、皲裂或出血。舌乳头凸起又称“草莓舌”。

4. 皮疹:发热2-3天后出现皮疹,形态多样,易被家长或无经验医生诊断为抗生素过敏。同时患儿肛周周围会表现为皮肤发红,恢复期出现脱皮。

5. 手足硬肿:手指和/或脚趾皮肤发红,出现硬性肿胀,导致患儿不愿行走或爬行。大约10天左右会出现手指和/或脚趾自甲缘处开始的片状脱皮,部分患儿恢复期指甲出现Beau线。

6. 颈部淋巴结肿大:急性期患儿颈部淋巴结肿大,多为单侧、质硬,无触痛,非化脓性肿大,直径大于1.5厘米。

孙康表示,川崎病病因尚不明确,早期血常规中白细胞明显增高,类似细菌感染征象,但通常抗感染治疗无效。随着病情进展,患儿陆续出现上述症状,如果孩子在发热过程中出现上述可疑表现,一定要去医院

再次就诊。一旦确诊为川崎病,应住院正规治疗。

麻佳佳指出,川崎病预后主要取决于是否合并冠状动脉病变,部分患儿早期就合并冠状动脉损害或冠状动脉瘤,增加治疗难度,严重时可导致心源性猝死。年龄越小越容易发生严重的并发症,未经及时正规治疗患儿冠状动脉损伤可达25%左右。冠脉损害患儿的发热持续时间更长,由于前期表现与普通感冒相似,不易诊断,甚至部分患儿错过最佳治疗时期,因此,家长们对川崎病的认知和普及尤为重要。

麻佳佳解释,川崎病患者免疫力降低,家长及患儿心理情绪紧张,因此治疗过程中家长需普及相关知识,同时做到如下方面:

1. 保证患儿多休息、周围环境卫生。
2. 营养健康饮食、增强免疫力(清淡、易消化、富含维生素、高蛋白软食为主,避免辛辣刺激刺激性食品的摄入,必要时可适当补充维



生素及免疫调节剂。

3. 注意皮肤及口腔护理,对于皮疹及指/趾端硬肿患儿若出现脱皮,勿要撕扯,任其自然脱落以防感染;饮食前后可予少量温水漱口;口腔溃烂者可康复新含漱或涂抹,唇部亦可涂抹适量鱼肝油滋润。