

业达医院消化内科做胃肠道的“守护者”

肝胆诊疗有了新进展

俗话说“民以食为天”，消化系统对人体的重要性不言而喻。人体每天摄入的食物和水分，都要通过消化系统进行消化和吸收，提供人体各种生命活动必不可少的物质和能量。如果说消化是生命的“供给线”，那么消化内科医生就是胃肠道的“守护者”。记者走进业达医院消化内科，这里没有外科惊心动魄、瞬息万变的救治场景，却有着细细抚“胃”人心的坚持与细致。科室主任司君圣表示，消化内科治疗的疾病“五花八门”，从食管到胃、十二指肠再到结直肠以及肝脏、胰腺等消化系统疾病，处处充满了挑战。

开设脂肪肝专病门诊 先进设备检测肝硬度

随着生活习惯和饮食结构的变化，肥胖人群不断增加，出现了健康“慢性杀手”——脂肪肝。司君圣表示，脂肪肝起病隐匿且进展缓慢，但严重时会逐渐发展为肝炎、肝硬化，甚至肝癌。近年来，脂肪肝发病率明显升高，且有年轻化趋势。

“肝脏的再生能力很强，酒精损伤后肝脏仍然能够再生，但再生的肝脏形态会发生变化，硬度也会增加，容易产生血管走形，严重的甚至会导致门脉高压。”司君圣说，肝硬化的患者应该尽量避免酒精对肝脏的损伤，最好戒酒或避免过量饮酒，饮食上要尽量清淡，忌油腻。

如何判断患者肝硬化程度？现在有了肝脏瞬时弹性硬度检测仪器。记者了解到，肝脏瞬时弹性硬度检测仪器是一种新型的肝纤维化无创检测仪器，是目前较为先进且能实现对肝脏硬度及脂肪变进行无创定量检测的设备。司君圣表示，该设备具有无创、简便、快速、易于操作、可重复性、安全性和耐受性好的特点，可以帮助医生较好地判断肝脏纤维化和脂肪



消化内科医生正在为胆总管结石患者进行ERCP取石术。

变严重程度，实现部分取代肝穿刺活检，减少临床肝穿刺的需求。能够大大提高患者肝纤维化、肝硬化、脂肪肝的检出率，为肝纤维化、脂肪肝的早期诊断、早期治疗和预防提供了可能性。“原则上各类肝病患者都适合做肝脏弹性硬度检查，包括慢性乙型肝炎、慢性丙型肝炎、肝硬化、酒精性肝病、非酒精性脂肪肝等。”司君圣说。

不用开刀就可取出石头 ERCP实现“外科病内科治”

“平时吃得太油腻，运动又不够，日积月累下胆囊肌的收缩力下降，胆汁排空延迟，就容易造成胆汁淤积，胆固醇结晶析出，形成胆结石。以后一定要管住嘴，迈开腿。”业达医院消化内科的病房中，消化内科副主任杜文贞正在嘱咐患者刘女士。

不久前，78岁的刘女士午餐后突然感觉上腹部出现了隐隐的疼痛，并阵发加重。起初，刘女士怀疑自己是因为午饭吃得太多，然而随着时间的推移，腹部的疼痛不但没有好转，连后背也出现了放射性疼痛，并逐渐加重，让她渐渐难以忍受。

家人急忙将刘女士送往烟台业达医院，检查结果显示，刘女士的胆囊、胆总管多发结石并存在炎症，胆囊结石掉入胆总管引起胆管炎并阻塞胰管导致胆源性胰腺炎。消化内科医生经过讨论，决定采用ERCP取石术即经内镜逆行性胰胆管造影术，为患者取出胆总管的结石。麻醉后，医生从患者的口腔置入十二指肠镜，然后镜子到达十二指肠乳头部，切开刀联合导丝超选进入胆总管，造影见胆管下方有结石。随后杜文贞通过熟练的操作顺利取出了结石。经过普外科进一步的腹腔镜手术切除病变胆囊后，刘女士已恢复了健康，顺利出院回家。

经内镜逆行胰胆管造影（ERCP）的优点在于创伤小、恢复快、手术时间短、并发症较少外科手术少，因为住院时间大大缩短，术后第二天便可正常进食流食，已经成为当今胰胆疾病重要的治疗手段。烟台业达医院消化内科目前已经熟练掌握ERCP技术，每年能开展手术100余台。

警惕功能性胃肠病困扰 “对症下药”是关键

在生活中我们经常会碰到反复腹胀、

消化不良、腹痛、胃烧灼感、大便不成形、腹泻、便秘等胃肠道不适的情况，但是去看医生，做了多种检查却找不到病因在哪儿。对此，司君圣给出了答案——功能性胃肠病。

“功能性胃肠病是一组慢性、反复发作的胃肠道症状，而应用生化、影像学和内镜检查等并未发现有器质性病变或不能用器质性疾病解释症状的一组胃肠道疾病。”司君圣表示。功能性胃肠病的病因繁多，包括情绪异常、胃肠道动力异常、内脏感觉神经异常等多种情况，为实现“对症下药”，业达医院配备了胃电图仪和肛直肠测压仪等多项检测设备以及肛直肠功能训练仪，用于配合后期治疗。

这只是业达医院消化内科在消化疾病领域的一个个缩影，作为烟台市重点学科，他们的步伐还延伸在各种上下消化道出血的内科诊治，食管炎、急慢性胃炎、十二指肠炎、消化性溃疡、各种结肠炎、肠炎、肠易激综合征、痢疾、克罗恩病和肝脏病变、胆囊及胆管病变、胰腺病变等诊治上。

YMG全媒体记者 王修齐

实习生 焦建鹏

通讯员 周兰兰 摄影报道

预防肠道传染病，这六点要牢记

本报讯(YMG全媒体记者 张莘) 夏季气温高、湿度大，有利于病原菌的繁殖，食物被污染的可能性较大，容易诱发肠道传染病。市疾控中心专家提醒市民，预防肠道传染病需注意6个要点，注意饮用水卫生、讲究食品卫生、培养良好的饮食卫生习惯、尽量减少与肠道传染病患者的接触、平衡膳食、衣被及用具要勤洗勤换。

肠道传染病主要表现为腹泻、恶心、呕吐、腹痛、食欲不振等，是人们生活中常见的症状，严重的可导致脱水，极个别病

例甚至有生命危险。预防肠道传染病应注意饮用水卫生，高温可杀灭致病微生物，饮用水需煮沸后再饮用。食物要生熟分开，避免交叉污染。吃剩的食物应及时储存在冰箱内，且储存时间不宜过长。冰箱低温只能延缓细菌生长，并不能灭菌，因此食物需要热透后再食用。尽量少食用容易携带致病菌的食物，如螺蛳、贝壳、螃蟹等水产品，尤其注意不要在流动路边摊吃海鲜，不要生吃、半生吃水产品。培养良好的饮食卫生习惯，注意手卫生，平

时常洗手，饭前、便后要把手洗净。不暴饮暴食，不吃腐败、变质的食物，生冷食物一定要洗净，尽量减少生冷食品的摄入。

此外，对于养宠物的家庭，一定要搞好宠物的卫生。尽量减少与肠道传染病患者的接触，患者用过的餐具、水杯、便器、卧具等注意清洗消毒，避免疾病的传播。调节饮食结构，平衡膳食，合理营养，提高机体免疫力。衣被、用具要勤洗勤换，注意居室通风，保持室内空气清新。

专家介绍，肠道传染病最典型的症状

就是腹泻，如果出现了腹泻症状，不提倡禁食禁水，宜进食清淡、易消化的流质或半流质食物，症状好转后逐渐过渡到正常饮食。如果腹泻病情不重，一般通过调整饮食、对症治疗并注意日常休息，2至3天内症状即可改善；腹泻严重者，尤其是出现脱水、高热等较严重症状的，以及免疫力较低的儿童、老人出现腹泻，应及时到医院肠道门诊就医。到肠道门诊就诊的患者，可用干净的小盒子或保鲜袋留取新鲜的大便标本送医院化验，以便医生有针对性地进行治疗。

关心人才 关注健康

我市开展2023年度高层次人才免费体检活动

本报讯(YMG全媒体记者 张莘 通讯员 王海燕) 为进一步做好人才服务保障，我市2023年度高层次人才可免费体检活动于6月中旬正式启动。此次高层次人才体检工作由市人才工作领导小组办公室、市卫生健康委统一组织安排。

随着烟台市“招才引智”力度不断加大，今年报名参加免费体检活动的D类及以上人才数量增至377人，较去年增长44%。为进一步提升高层次人才对体检服务的满意度，本次体检活动分6月12日至7月7日、10月9日至11月10日两个时段集中进行，体检对象可根据自身情况任选一日参加体检。同时，市卫生健康委调度委优质医疗资源，精心组织，主动对接，提前下发通知，通过“人才烟台”公众号发布有关信息。体检中心设定专人以电话或短信方式联系参检人员确认体检日期、注意事项等，并做好体检引导，建立电子健康档案，持续做好相关服务。

近年来，在市委、市政府的正确领导下，个性化精准健康服务深入实施，定点保健资源逐步拓展，人才通过定期体检、预防保健等方式促进健康的热情日益增长，人才健康服务和健康促进工作迈出新步伐。下一步，全市卫生健康系统将继续聚焦广大人才关心关注的健康问题，加大人才医疗保健服务力度，在全市营造尊重人才、爱护人才的良好氛围。

当心“空调病”找上门

本报讯(YMG全媒体记者 张莘) 7月已至，“三伏天”即将到来，夏季最热的时间段空调必不可少，不少人调侃“夏天的命是空调给的”。然而，有些夏天的病也是空调给的，长时间等不恰当使用空调的方式易使人中招“空调病”。专家提醒，气管哮喘病人等5类人不宜长时间使用空调。

什么是“空调病”？医学上其实并没有一种病叫作“空调病”，这是一个社会学的病名，通常与空调的不恰当使用有关。说起症状，还要看个人的适应能力，会存在比较大的差异，有的人是咳嗽、鼻塞、拉肚子；有的人是皮肤干、鼻腔干、喉咙干；有的老人睡一宿空调房，第二天早上就出现口眼歪斜、关节僵硬；也有的孩子打喷嚏、流鼻涕，甚至引发过敏和哮喘一类的情况。如果你属于长期在写字楼工作的人、老年人、儿童、气管哮喘病人、慢性支气管炎病人等5类中的一种或多种人群，不要长时间使用空调，如果身体出现不适要及时去正规医院就诊。

其实，“空调病”出现的原因不在于空调本身，而是使用者没有掌握空调的正确打开方式。那么吹空调应该注意什么？专家建议：避免空调冷风直吹，最好设置风向上；要做好冷热的过渡，例如刚从炎热的室外进入室内，要稍等一段时间再开空调；剧烈运动出汗之后，不要马上吹空调；空调温度设置不要太低，26℃为宜。此外，长时间未使用的空调使用前记得清洗消毒。

夏季游泳谨防晒伤

本报讯(YMG全媒体记者 张莘 通讯员 王朝霞 曾颖雪) 烟台是一座依山傍水的海滨城市，夏季来临，很多市民喜欢到海边游泳。夏季游泳不仅可以消暑纳凉，还可以增强体质，对身心健康是十分有益的。在享受游泳快乐的同时，皮肤晒伤也可能悄然而至，会出现红斑、水泡、脱屑、脱皮等现象。因此，烟台市疾病预防控制中心专家提醒广大市民，夏季海边游泳谨防晒伤。

夏季海边的紫外线不仅强烈而且在水中具有一定的穿透力，身上的水滴会将紫外线聚焦到局部，加之皮肤经过浸泡，导致其对光线的反射能力变差，因此，夏季海边游泳皮肤容易受到紫外线的侵蚀。此外，海水中的温度较低，皮肤即使晒伤也不易被察觉。夏季海边游泳如何预防晒伤呢？专家建议，在进入海水前，裸露的皮肤要涂抹防水的防晒霜，选择防晒指数较高的，每半个小时涂抹一次。游泳时，避开日光强烈的中午，可选择上午10点之前和下午4点以后游泳，早晚各游30分钟为宜。出海水后，避免在阳光下长时间逗留，尽量选择阴凉处或遮阳伞下休息。游完泳后立即擦干身体，减少水的反射。肌肤在湿润的情况下，更容易造成日晒伤。

专家还强调，阴天游泳同样需要防晒。阴天阳光也有紫外线，经过水的反射后可能造成人体晒伤。同时要注意保护眼睛周围的皮肤，戴太阳镜可以减少紫外线对眼睛的伤害。

专题

烟台大剧院“打开艺术之门”7月6日开幕

烟台大剧院第十四届“八喜·打开艺术之门”系列演出7月6日正式启幕。21场充满童趣的演出、5个主题夏令营活动将陪伴小朋友们一整个夏天。

本届“八喜·打开艺术之门”将从7月6日起持续到8月31日，共有21场风格多样、阵容强大的剧目，票价依然保持20元至100元的公益价格，其中卖火柴的小女孩、九色鹿、大头儿子和小头爸爸、海底小纵队、蓝精灵、小虎墩等多个经典IP剧目将与小朋友们见面。另外，烟台大剧院今年暑假还有5个丰富多彩的主题夏令营活动，让小朋友们在欢乐中感受艺术的魅力，度过一个充实且美好的假期。

7月6日——7日，神话连续舞台剧《西游记》(第一部)上演。此剧根据中国古典文学四大名著之一的《西游记》改编，在舞台上创造出梦幻般奇特意境的新型神话剧，不仅适合少儿观众观看，也会满足带着孩子来看戏的家长的审美需求。

7月9日，儿童音乐剧《卖火柴的小女孩》上演。此剧根据安徒生童话故事改编，讲述了一位名叫露丝的小女孩希望在圣诞节能够卖掉火柴和爸爸欢度节日的故事。

7月10日，琴韵“根与魂”温箫如钢琴独奏音乐会上演。音乐会将为观众带来莫扎特、海顿以及李斯特的经典钢琴曲目，让观众透过琴键，倾听古典音乐家温箫如的音乐柔情。

7月12日，大型原创童话音乐剧《九色鹿》上演。此剧根据中国经典神话故事《九色鹿》重新改编，历时一年倾情打造，采用虚实结合的舞台布景，将诚信与感恩主题和善良与邪恶斗争的故事情节展现得淋漓尽致。



英文儿童亲子互动音乐会《宝贝爱摇滚》剧照。

7月14日，儿童剧《海洋总动员》上演。此剧通过歌唱、舞蹈等表演形式，运用舞美实景，结合动漫卡通风的大屏影像，给观众带来一场身临其境、精彩绝伦的视听盛宴。

7月15日，儿童剧《博物馆奇遇记》上演。此剧呼吁大家，保护动物，保护环境，就是保护人类自己。

7月18日、19日，《菊次郎的夏天——久石让&宫崎骏亲子视听室内乐音乐会》《动画奇幻夜——亲子视听室内乐音乐会》上演。音乐会让大朋友和小朋友们一起感受一场听觉与视觉上的艺术盛宴。

7月24日上演的《印象夏日——唐小舒钢

琴独奏音乐会》，将观众带来贝多芬、德彪西、张帅以及拉赫玛尼诺夫的经典钢琴曲目，给观众带来一场极致的听觉盛宴。

7月26日上演的原创魔幻亲子剧《蟲界之虫族部落》，是一部思想精深、艺术精湛、制作精良的精品力作，能够让孩子们更加深刻地体味亲情，也增加了孩子们敢于向黑暗宣战，为了目标拼搏奋斗的决心与勇气。

8月4日，音乐话剧《新大头儿子和小头爸爸之穿越平行世界》上演。话剧通过全新的家庭式戏剧体验将国产动漫进行呈现，打造优质儿童国剧，在寓教于乐的同时，为广大少年儿童带来一场真正的视听盛宴。

8月7日——8日，豫剧《蔡文姬》上演。此剧从人性角度演绎蔡文姬异于常人的情感经历和心路历程，以及她虽然历经劫难终不悛的坚强与隐忍，担当重任，继承父亲遗志，历时十年之久，完成了《汉记》续写，成就了传奇人生。

8月10日，《NAKUKU，海王子奇奇》原创绘本亲子音乐会上演。音乐会的所有音乐与故事发展相辅相成，让小听众们在故事中欣赏了解音乐，共同谱写一段亲情和友情的音乐冒险之旅。

8月12日，英文儿童亲子互动音乐会《宝贝爱摇滚》上演。音乐会充分发挥了欢快的摇滚节奏这一简单元素对孩子们的启发，把朗朗上



国风舞台剧《虎墩小镖师之小虎墩大英雄》剧照。

口的儿童曲目以欢快的节奏演绎形式贯穿全场。

8月15日，正版授权亲子舞台剧《蓝精灵：神石之力》上演。此剧不仅100%还原动画片中的人物设定，更增添了近距离互动感和沉浸式体验，当灯光暗下，音乐响起，瞬间穿越到那绿色的大森林，看到蓝精灵在眼前“活”起来，与他们一同同格巫斗智斗勇，还你一颗热忱、快乐且珍贵的童心。

8月17日，大型正版授权互动卡通儿童剧《海底小纵队之火山大冒险》上演。此剧讲述了8个可爱的小动物组成的海底探险小纵队，在团队核心巴克队长带领下向着未知的海域不断探索前进的故事。

8月26日，《钢琴大斗法—安德里亚斯VS保罗》上演。这是由两位来自德国的著名钢琴家精心策划的，不同于传统的钢琴演奏会。演奏会通过数轮风格迥异的黑白对战双钢琴演奏，为观众奉上一场视觉与听觉的饕餮盛宴！

8月30日—31日，国风舞台剧《虎墩小镖师之小虎墩大英雄》上演。此剧旨在讲述让儿子两代都深受感动的英雄故事，同时寓教于乐，让孩子感受到珍惜家庭、关爱父母的重要性；也希望让年轻的爸爸妈妈们受到鼓舞，在陪伴孩子的路上更有自信！

“八喜·打开艺术之门”系列每场演出结束后，依旧可以凭当场演出票根免费领取八喜冰淇淋一份。更多精彩关注“烟台大剧院”或“烟台大剧院艺术资讯”微信公众号，可随时随地查询演出信息，购票更有优惠，订票电话0535-6605566/6608899。

杨春娜 常瀚文