

# “全军知名专家”金博昨天在烟台市奇山医院开诊，提醒市民—— 很多消化系统疾病都是“情绪病”

YMG全媒体记者 林媛  
通讯员 王永梅 摄影报道

4月22日，我国“全军知名专家”金博在烟台市奇山医院首次开诊。金博曾任解放军总医院（301医院）消化内科医学部主任医师、美国国立卫生研究院（NIH）博士后研究员，师从2020年诺贝尔医学奖获得者哈维·阿尔特（Harvey J. Alter）博士。今年4月初，金博入职烟台市奇山医院，担任消化内科主任。



## 幽门螺旋杆菌不需要治疗？错！

“金主任，我的胃总是反酸，去年8月胃镜检查发现是萎缩性胃炎，甜的、稀饭都不能吃，一吃就难受。听说您来烟台了，特意找您看看。”一名34岁的患者告诉金博，自己四五年前就总感觉胃不舒服。去年，她通过胃镜检查发

现感染了幽门螺旋杆菌。  
该患者认为，幽门螺旋杆菌很普遍，不需要治疗，没服用医生开的药。“反酸不是幽门螺旋杆菌的问题，您就给我开点治反酸的药就行。”她说。

“你这个想法不对。幽门螺旋杆菌是致癌的重要原因

之一，根据你的检查报告，胃黏膜已经是中度肠化，必须先把幽门螺旋杆菌消灭掉，不然你的胃病会不断发展！”金博说，肠化是指胃黏膜上的正常上皮细胞已经被肠道黏膜的上皮细胞所取代，严重肠化会增加患胃癌的风险。

金博提醒患者，要先把幽门螺旋杆菌控制住，和家人吃饭时一定要分餐，饭前便后要洗手，避免再次感染。停药后一个月再过来复查，先把病根处理好。另外，建议患者的家人做呼气试验，看是否感染幽门螺旋杆菌。

## 吃完饭就呼吸困难，与情绪有关

一位老人不会网上预约，特意在金博主任开诊前一天到奇山医院现场预约挂号。

老人说，自己食欲不错，但是只要吃完饭，就呼吸困难。“是不是73岁都特别难受？我今年已经住了好几次院了，肋骨还摔断过。73岁

就过不去了吗？”老人问金博。“这可不至于！”金博立即安慰她，并问：“睡眠怎么样？做梦多吗？大便正常吗？体重有没有变化？”老人表示，这些都正常。

金博又问：“是不是有什么上火操心的事儿？”

老人掉了眼泪，“我总是和老伴儿生气，每天都憋得慌，后来就有了这么个毛病，已经一年多了。”

金博说，很多患者的身体检查没有明显异常，症状却特别多，其中，消化系统是最常见的，比如胃痛、肚子痛

等，吃各种药也不管用。这些患者比较敏感，只单纯用某一个系统的疾病根本解释不通。通过简单的心理测评，他发现大部分患者有焦虑、抑郁症状。金博根据患者的情况，开一些药品，慢慢地缓解患者的症状。

## 主要擅长诊治消化系统疑难病

据悉，为了更好地服务患者，让患者能够拥有细致认真的就医体验，金博固定每周一坐诊，限号20人。

在昨天上午的门诊中，记者发现，每位患者的看诊时间至少20分钟。很多患者表示，就是冲着金主任的名号来

的，“这么大的主任看病，医术高，还问得这么仔细”。

金博主要擅长消化系统疑难病的诊治。在慢性胃炎、慢性便秘、功能性消化不良、消化性溃疡及肿瘤诊治与早筛、幽门螺旋杆菌感染根除、肠道菌群失调、炎

症性肠病、肝硬化、脂肪肝、胰腺炎等消化系统疾病的诊治具有独到见解和丰富的临床经验。

另外，金博在消化内镜技术的应用和治疗方面具有很深的造诣，尤其在内镜下消化道异物取出术、胃石症

内镜下碎石术、食管狭窄扩张术及食管支架置入术、内镜下胃肠道息肉切除术、黏膜下肿物内镜下套扎术、内镜下黏膜切除术、经内镜黏膜下肿物剥离术、经皮穿刺内镜下胃造瘘术等方面具有丰富的经验。

# 病从口入，小心“吃出来”的癌症

俗话说“病从口入”，癌症是否也会“吃出来”？专家提示，诸多致癌因素中有一些和饮食关系密切，尤其对于食管癌、胃癌、肠癌等消化系统肿瘤，要小心“病从口入”。



在我国，食管癌高发与一些饮食习惯有关。“长期爱吃过烫的食物，会增加患食管癌的风险。”北京大学肿瘤医院胸外一科主任陈克能表示，有些地区爱喝刚泡出来的“功夫茶”，火锅、麻辣烫、粥等食物“趁热吃”，长期食用温度过高的食物能引起食管黏膜慢性炎症，增加癌变风险，建议入口的食物在50摄氏度以下比较安全。

陈克能提示，食管癌起病隐匿，早期症状不明显，很多患者出现症状时已是局部晚期。食管良性病变的发病率较低，如果感觉吞咽不畅甚至

困难，尤其要引起重视，及时就医排查食管癌的可能。有食管癌家族史、居住在食管癌高发地区、吸烟饮酒、饮食习惯不健康的人群尤其要提高警惕。

我国也是胃癌高发的国家。北京大学肿瘤医院胃肠肿瘤中心一病区副主任陕飞介绍，幽门螺旋杆菌感染是慢性胃炎、消化性溃疡和胃癌的主要致病因素。幽门螺旋杆菌的传播途径主要包括口口传播、粪口传播，共用餐具会显著增加感染风险。建议在体检中重视对幽门螺旋杆菌感染的筛查，感染者应遵医嘱规范服药治疗，在生活中

尽量分餐或使用公筷公勺。此外，高盐、腌制食物也会显著增加罹患胃癌的风险。

“近年来，结直肠癌在我国的发病率有所上升，与饮食习惯改变有一定关系。”陕飞提示，长期饮食结构不合理，例如大鱼大肉，过量食用高脂肪和高蛋白食物，不爱吃新鲜蔬菜，食物中缺乏膳食纤维，都是结直肠癌的高危因素。如果生活中发现便血，千万不要想当然以为是痔疮，应及时就医通过肠镜等手段排查结直肠癌的可能。

据新华社

## 5种食物可降“春火”

本报讯(YMG全媒体记者 张莘)春干物燥，一些市民出现鼻腔、牙龈出血，头痛眩晕，目赤眼干等症状。其实这就是所谓的“春火”，俗称“上火”。专家指出，5种食物可以滋阴降火。

银耳：软糯润滑，被称为“菌中之冠”。中医认为其有滋阴、润肺、止咳、生津、养胃、补虚的功效，为食疗佳品。上等银耳并非雪白无瑕，而是微泛乳黄，过于白亮的银耳存在硫黄熏蒸残留的风险，需谨慎选择。

蜂蜜：现代研究表明，蜂蜜能促进儿童生长发育，提高人体免疫力，促进溃疡面愈合，并有护肝解毒、抗菌、抗肿瘤、改善睡眠质量、营养心肌等作用，是很好的天然养肝补品。春天养生，重在养肝，春天吃蜂蜜对养生很有好处。

鸭肉：中医认为，鸭肉性寒，入肺胃肾经，有滋补、养胃、补肾、消水肿、止热痢、止咳化痰等作用，适合体内有热、食欲不振、大便干燥者食用。营养学研究表明，鸭肉的蛋白质含量高于一般畜肉，而且其中的脂肪酸主要是不饱和脂肪酸，适宜三高人群食用。

百合：中医认为，百合性甘微寒，具有养心安神、润肺止咳的功效，可以治疗心肺两虚、热病后期余热未消、失眠多梦、神情恍惚、心情抑郁等症，适合受失眠困扰的人群食用。

桑葚：有补肝益肾、生津润肠、乌发明目、养血补血的作用，是药食两用的水果。需要注意的是，大便溏者不宜多吃新鲜桑葚；糖尿病患者食用新鲜桑葚时要注意适量；儿童不宜多吃。

## 血友病临床治愈成为可能

中国医学科学院血液病医院（血液学研究所）血栓止血诊疗中心主任杨仁池教授近日表示，希望血友病患者及其家庭成员提高对于疾病的认识，科学预防，积极治疗，降低血友病发病率，使血友病患者的生活质量得到大幅提高。同时，呼吁各地医保部门完善相关政策，为患者接受治疗提供保障。

中国医学科学院血液病医院（血液学研究所）张磊教授团队2019年启动了亚洲首个以肝脏靶向腺相关病毒AAV为载体的血友病B基因治疗临床研究，目前50例血友病B患者在接受基因治疗后，绝大部分患者均无任何过度出血，也无需再输注凝血因子，使血友病的临床治愈成为可能。

据了解，2009年11月，我国开始建立血友病病例管理制度，全面了解血友病患者基本信息和凝血因子类制品临床应用情况，进一步规范血友病诊疗工作，保障医疗质量和医疗安全，各种公益基金会和慈善组织也为血友病患者的治疗费用提供部分补偿，进一步降低患者的治疗负担。

据新华社