

名医支招 精准防治 消化病

上海市医学会
上海市医学会消化系病专科分会
组编



上海市医学会
百年纪念科普丛书
1917—2017

消化专家 巅峰荟萃

前辈大师经典之作
当代名医权威答惑
“大众版” 求医指南

上海科学技术出版社

名医支招精准防治 消化病



上海市医学会
百年纪念科普丛书
1917—2017

上海市医学会
上海市医学会消化系病专科分会

组编

上海科学技术出版社

图书在版编目(CIP)数据

名医支招·精准防治消化病 / 上海市医学会, 上海市
医学会消化系病专科分会组编. —上海: 上海科学技术
出版社, 2017. 11

ISBN 978-7-5478-3743-6

I. ①名… II. ①上…②上… III. ①消化系统疾病—防治
IV. ①R57

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2017)第 256449 号

名医支招

精准防治消化病

上海市医学会

上海市医学会消化系病专科分会

组编

上海世纪出版(集团)有限公司 出版、发行
上海科学技术出版社
(上海钦州南路 71 号 邮政编码 200235 www.sstp.cn)

苏州望电印刷有限公司印刷

开本 720×1000 1/16 印张 10.75

字数: 165 千

2017 年 11 月第 1 版 2017 年 11 月第 1 次印刷

ISBN 978-7-5478-3743-6/R·1479

定价: 30.00 元

本书如有缺页、错装或坏损等严重质量问题, 请向工厂联系调换

内容提要

全书分为两大部分。第一部分“读经典”，由消化专科领域的权威专家们执笔，包括院士、上海消化学科奠基人在内的老前辈们，以及当今消化科领域的学科带头人，以生动的笔触讲述了幽门螺杆菌、慢性萎缩性胃炎、大肠癌、胆结石、脂肪肝等的发现、研究和进展，更有对“干扰素神话”的探讨、胰腺体外碎石等创新技术的介绍。

第二部分“问名医”。由当今上海消化科临床一线的专家们执笔，集中回答患者和家属在诊疗中的常见疑问。内容包括胃和食管疾病、肝胆疾病、肠道疾病、胰腺疾病等章节，涵盖了当今消化系统的多发病和疑难杂症，更有超声内镜、内镜下射频消融术等最新诊疗手段和治疗技术的介绍。

本书内容既有改编自杂志、报纸、电视、广播等媒体的既往佳作，又有根据消化专科现状和大众需求所撰写的最新作品。为既反映上海市医学会及消化系病专科分会的发展历程，又反映当今时代的观念和进步，所有入选的已发表文章均经过编委会专家审核，并根据现状加以改编，以使读者在了解过往的同时获得对今天生活的实际指导。

上海市医学会百年纪念科普丛书

编委会

主 编:	徐建光				
副主编:	马 强	朱正纲	孙晓明	孙颖浩	陈国强
	陈赛娟	桂永浩	葛均波	颜世洁	瞿介明
编 委:	丁 强	于广军	马 端	王卫庆	王学锋
	王敏杰	王德辉	方唯一	邓小明	田 红
	包玉倩	吕中伟	朱国行	华克勤	刘士远
	刘中民	刘建民	刘皋林	江孙芳	孙 锟
	孙建华	孙晓溪	李 铮	李春波	杨程德
	吴坚平	何燕玲	狄 文	沈国芳	张 晨
	张 琳	张文宏	张继明	陆 舜	陈文华
	陈尔真	陈丽云	邵贵强	范存义	范先群
	林晓曦	金震东	周行涛	胡超苏	侯立军
	俞卓伟	施伟民	姜建元	姜格宁	倪兆慧
	郭胤仕	黄国英	章 雄	章振林	傅志仁
	谢渭芬	楼文晖	管阳太	谭 鸣	熊源长

编委会办公室

主 任:	颜世洁				
副主任:	田 红	刘丙龙			
成 员:	王忆雯	宁 燕	华 飞	孙 瑜	沙燕倩
	张 力	陈燕昀	徐 英	楚 青	魏 爽

(按姓氏笔画排序)

本书编委会

主 编: 邹多武 谢渭芬

副主编: (按姓氏笔画排序)

万 荣 刘 杰 杨长青 陈紫暄 沈锡中
房静远 曾 欣

编 委: (按姓氏笔画排序)

王兴鹏 王吉耀 王 虹 田 红 刘占举
张 力 李兆申 陆伦根 陈岳祥 杜奕奇
范建高 袁耀宗

工作秘书: 张 玲

参 编: (按姓氏笔画排序)

王吉林 王迎昕 王凯旋 王洛伟 王胜兰
王俊珊 王 雷 孙丹凤 卢战军 冯 赞
刘文忠 刘 枫 刘雁冰 苏文雨 朱风尚
李 凯 邱冬妮 邱志兵 陆 红 巫协宁
何承志 陈伟忠 陆伦根 陈 坚 陈聪颖
汪佩文 汪培钦 陈 洁 陈慧敏 李 蕾
许树长 张东伟 张俊杰 杨文卓 杨丽娟
罗忠光 林 勇 姚光弼 胡良皞 胡国勇
施 健 施 斌 柏 愚 徐三荣 徐 灿
徐 敏 梁 晓 葛艳丽 傅承宏 廖 专
蔡洪培

总序

上海市医学会成立于1917年4月2日,迄今已有100年的悠久历史。成立之初以“中华医学会上海支会”命名,1932年改称“中华医学会上海分会”,1991年正式更名为“上海市医学会”并沿用至今。

百年风雨,世纪沧桑,从成立之初仅13人的医学社团组织,发展至今已拥有288家单位会员、22000余名个人会员,设有92个专科分会和4个工作委员会,成为社会信誉高、发展能力强、服务水平好、内部管理规范的现代科技社团,荣获上海市社团局“5A级社会组织”、上海市科协“五星级学会”。

穿越百年历史长河,上海市医学会始终凝聚着全市广大医学科技工作者,充分发挥人才荟萃、智力密集、信息畅通、科技创新的优势,在每一个特定的历史时期,在每一次突发的公共卫生事件应急救援中,均很好地体现了学会的引领带动作用。近年来,在“凝聚、开放、服务、创新”精神的指引下,学会不忘初心,与时俱进,取得了骄人的成绩。

2016年,习近平总书记在“全国卫生与健康大会”上发表重要讲话,指出“没有全民健康就没有全面小康”,强调把人民健康放在优先发展的战略地位。中共中央、国务院印发的《“健康中国2030”规划纲要》明确了“共建共享、全民健康”是建设健康中国的战略主题,要求“普及健康生活、加强健康教育、提高全民健康素养”,要推进全民健康生活方式行动,要建立健全健康促进与教育体系,提高健康教育服务能力,普及健康科学知识等。上海市医学会秉承健康科普教育的优良传统,认真践行社会责任,组织动员广大医学专家积极投身医学科普创作与宣传教育。

近年来,学会重点推出了“健康方向盘”系列科普活动、“架起彩虹桥”系列医教帮扶活动和“上海市青年医学科普能力大赛”三项科普品牌。通过科普讲座、咨询义诊、广播影视媒体宣传以及推送科普文章或出版科普读物等多形式、多渠道

总序

道,把最前沿的医学知识转化成普通百姓健康需求的科普知识,社会反响良好。配合学会百年华诞纪念活动,其间重点推出了百场科普巡讲活动和百位名医科普咨询活动。上海市医学会以其卓有成效的科普宣教工作受到社会各界好评,荣获上海市科委颁发的“上海科普教育创新奖-科普贡献奖(组织)二等奖”、中华医学会“优秀医学科普单位”和“全国青年医学科普能力大赛优秀组织奖”,成为上海市科协“推进公民科学素质”百家示范单位之一。

为纪念上海市医学会成立 100 周年,同时将《“健康中国 2030”规划纲要》精神进一步落到实处,我们集中上海医学界的学术领袖和科普精英编著出版这套科普丛书,为大众提供系统的医学科普知识以及权威的疾病防治指南,为“共建共享、全民健康”的健康中国建设添砖加瓦。在这套丛书里,读者既可以“读经典”——呈现《再造“中国手”》等丰碑之作,重温医学大家叱咤医坛的光辉岁月,也可以“问名医”——每本书约有 100 名当代名医答疑解惑,解决现实中的医疗健康困扰。既可以通过《全科医生,你家的朋友》佳作,找到你的家庭医生,切实地感受国家医疗体制改革的努力给大众带来的健康保障;也可以领略《从“削足适履”到“量身定制”——医学 3D 打印技术》《手术治疗糖尿病的疗效如何》等医学前沿信息,感受现代医学科技进步带来的福音。

经典丰满的内容,来源于团结奋进、齐心协力的编写团队。这套丛书涉及上海市医学会所属的 50 余个专科分会,编委达 2 000 余名,参与编写者近 5 000 人,堪称上海市医学会史上规模最大的一次集体科普创作。我相信,每一位参与科普丛书的编写者都将为在这场百年盛典中留下手迹,并将这些健康科普知识传播给社会大众而引以为荣。

在此,我谨代表上海市医学会,向所有积极参与学会科普丛书编著的专科分会编委会及学会工作人员,向关注并携手致力于医学科普事业发展的上海科学技术出版社表示衷心的感谢!

源梦百年、聚力同行,传承不朽、再铸辉煌。愿上海市医学会薪火不熄,祝万千家庭健康幸福!

上海市医学会



会长

2017 年 5 月

前言

随着生活水平的不断提高、健康体检的普及和大众健康意识的增强,身体健康越来越受到关注。纷繁复杂、深奥难懂的医学专业名词让人望而生畏;而“肠上皮化生”“萎缩性胃炎”“低级别上皮内瘤变”等术语,更让很多人在“自我钻研”后备感忧心忡忡。为此,我们编撰《名医支招·精准防治消化病》,面向一般读者,对大家关心、担心的消化系统相关问题及疾病进行答疑解惑。

本书由上海市医学会倡导,集合数十位沪上消化界专家撰写。共分为“读经典”及“问名医”两部分。沪上消化界的诸多老前辈,包括江绍基院士、萧树东教授等一大批老专家都曾积极参与科普工作。今年正值上海市医学会百年大庆,作为向市医学会百年庆典的致敬之作,在本书编撰过程中,我们也试图收集前辈们开展科普工作的相关资料,遗憾的是,由于年代久远,现存资料不多,后续将进一步充实完善。

本书“读经典”部分回顾了20世纪江绍基院士参加血吸虫病防治等科普工作的经历,也收录了沪上多位知名专家在报刊发表的经典科普文章或电台、电视台的科普讲座内容。作者不仅有萧树东教授等德高望重、奠定上海消化学科事业基石的老前辈;也有李兆申教授、袁耀宗教授、王吉耀教授等蜚声海内外、在消化学科领域卓有建树的知名专家;还有多位风华正茂、活跃在学科前沿的三甲医院学科带头人。他们的这些经典科普作品针对性强、通俗易懂,不仅能解决患者的诸多困惑,对于广大全科医生、消化内科医生的科普宣教工作也不无裨益。

“问名医”部分以问题的形式编写,编写者多为目前工作在上海消化学科临床一线的中青年专家。该部分有问有答,内容翔实,通俗易懂,涉及面广,简洁明了,可读性强。不仅针对读者常见的健康困扰进行答疑解惑,也对近年来发展迅

前言

速的新微创内镜诊疗技术进行了简单介绍,提供更有针对性的就医指导,引导读者形成正确的健康观念,进而提升全民健康素养。

海军军医大学附属长征医院消化内科及内镜中心主任

上海市医学会消化系病专科分会主任委员

谢渭芬

2017年10月

目录

CHAPTER ONE

读经典

1

一、我国消化学科的开拓者和推动者——江绍基	003
二、幽门螺杆菌——诱发胃癌的重大“嫌疑犯”	006
三、健康保胃战之发现“幽门螺杆菌”	008
四、慢性萎缩性胃炎：客观看待，早期诊治，规律随访	010
五、警惕慢性胃炎发生癌变	012
六、杜氏溃疡的真面目	014
七、哪些不良的饮食习惯容易引起胃癌	016
八、胃炎用药种类知多少	018
九、肠易激综合征：与心身障碍有关	021
十、远离大肠癌的三大措施	023
十一、丙肝肝硬化完全康复的希望	025
十二、关注脂肪肝，不能忽视体重和腰围	027
十三、走下“神坛”的干扰素	030
十四、菊科土三七害死人	033
十五、保健品有陷阱，注意肝损伤	035
十六、胆结石用药讲究多	037
十七、神奇的内科“刀客”	039
十八、急性胰腺炎——“生”与“死”的较量	041
十九、消化道也有生物钟	043

CHAPTER TWO

问名医

2

胃 和 食 管 疾 病 	047
1. 如何调整生活习惯以减少烧心反酸	047
2. 反复咳嗽，为什么呼吸科医生会建议到消化内科就诊	048
3. 为什么反复胸痛、胸闷竟是食管病	049
4. 发生食管异物怎么办	051
5. 怎样减轻口臭	052
6. 口苦的常见原因有哪些	053

7. 早期食管癌和胃癌可以进行内镜下手术吗	054
8. 食管或胃的黏膜下病变如何治疗	055
9. 食管癌会有哪些症状	056
10. 哪些不良生活习惯易诱发食管癌	057
11. 什么是食管裂孔疝	058
12. 胃镜检查正常为什么还总是感觉吞咽困难	059
13. 什么情况需要做食管压力测定	060
14. 恶心、呕吐一定是消化系统疾病所致吗	061
15. 做胃镜如何检测幽门螺杆菌	062
16. 有不需胃镜检查幽门螺杆菌的方法吗	062
17. 做呼气试验检查幽门螺杆菌前应注意什么	063
18. 幽门螺杆菌感染和溃疡有关吗	064
19. 感染幽门螺杆菌后一定会得胃癌吗	064
20. “胃病药”这么多,怎么吃才能提高药效	065
21. 哪些人需要根除幽门螺杆菌	066
22. 血液已查出幽门螺杆菌阳性,为何还要做呼气试验	067
23. 哪些情况需要做胃镜检查	068
24. 做胃镜检查需要注意些什么	069
25. 如何远离胃十二指肠溃疡	070
26. 胃炎需要吃抗炎药吗	071
27. 总打嗝是怎么回事	072
28. 胃黏膜“肠化”会恶变吗	072
29. 胃痛一定是胃的问题吗	073
30. 胃息肉会癌变吗	074
31. 糜烂性胃炎是胃“烂”掉了吗	075
32. 为什么会得胃溃疡	076
33. 胃溃疡为什么需要复查	077
34. 吸烟对胃病有哪些影响	078
35. 有哪些症状时提示可能患了胃癌	079
36. 哪些人是胃癌高危人群	079
37. 口服阿司匹林者如何保护胃	080
38. 为什么心情不好时胃也跟着“捣乱”	081
39. 睡眠障碍对胃有什么影响	082

40. 为什么短期迅速增肥未必是好事	083
41. 保“胃”为什么需要补硒	083
42. 运动能改善消化不良吗	084
肝胆疾病	086
43. 肝血管瘤是肿瘤吗	086
44. 肝血管瘤需要手术切除吗	087
45. 肝病一定会出现眼黄、尿黄吗	087
46. 脂肪肝可以治愈吗	088
47. 不喝酒为什么也会得脂肪肝	090
48. 患了脂肪肝,饮食需要注意什么	091
49. 肝囊肿需要治疗吗	091
50. 转氨酶升高会传染给其他人吗	092
51. 什么是乙肝“大三阳”和“小三阳”	093
52. 肝硬化是什么病	094
53. 肝硬化的常见病因有哪些	095
54. 肝硬化一定有症状吗	096
55. 肝硬化能治愈吗	097
56. 肝硬化患者如何日常保健	098
57. 肝性脑病患者有哪些饮食注意事项	099
58. 如何鉴别胆囊息肉是否为恶性	100
59. 什么样的胆囊息肉需要手术治疗	101
60. 得了胆囊结石、胆囊炎,只能全素饮食吗	102
61. 胆总管结石可以不做传统开腹手术吗	103
肠道疾病	105
62. 经常腹痛却查不出原因,是为什么	105
63. 急性腹痛为什么不能盲目止痛	106
64. 为什么急性腹泻不能盲目止泻	106
65. 经常便秘是怎么回事	107
66. 便秘患者需要改变哪些生活习惯	109
67. 为什么不能乱用“通便药”	109
68. 肠镜,做还是不做	110
69. 大便隐血试验阳性是怎么回事	111

70. 大便隐血阳性必须要做胃肠镜吗	111
71. 大便发黑一定是消化道出血了吗	112
72. 胃肠息肉摘除术后饮食上需要注意什么	113
73. 结肠息肉会癌变吗	114
74. 肠息肉摘除术后多长时间应随访	115
75. 经常听到肚子“咕噜咕噜叫”是怎么回事	116
76. 为什么一吃辣的或着凉就会拉肚子	118
77. 结肠憩室是什么	118
78. 什么是炎症性肠病	119
79. 炎症性肠病是如何引起的	120
80. 为什么炎症性肠病总是反复发作	120
81. 患炎症性肠病, 饮食上应如何补充营养	121
82. 屁是肠道内部情况的“信号兵”吗	122
83. 人体肠道有哪些菌群	123
84. 肠道菌群对人体健康有什么影响	124
85. 肠道菌群失调怎么办	125
86. 如何远离不良如厕习惯	126
87. 生活节奏快为什么会引起消化道症状	127
88. 伴有情绪障碍的胃肠道症状如何治疗	128
胰 腺 疾 病	130
89. 急性胰腺炎为什么那么凶险	130
90. 急性胰腺炎的病因有哪些	131
91. 如何预防急性胰腺炎	132
92. 什么是慢性胰腺炎	133
93. 慢性胰腺炎平素饮食需要注意什么	134
94. 胰腺怎么也会“生石头”	136
95. 得了胰管结石有什么症状	136
96. 得了胰管结石可以体外碎石吗	137
97. 为什么腹部超声检查老是说胰腺尾部显示不清	138
其 他 检 查 和 疗 法 等	140
98. 什么是胃功能四项检查	140
99. 超声内镜与普通胃镜有什么区别	141

100. 什么是胃肠道肿瘤标志物	142
101. 癌胚抗原(CEA)升高有什么特殊意义	143
102. CA19-9 升高怎么办	144
103. CA72-4 升高是怎么回事	145
104. 病理检查提示“高级别上皮内瘤变”是什么意思	145
105. 病理检查提示“低级别上皮内瘤变”是什么意思	146
106. 什么是胶囊内镜	147
107. 胶囊内镜可以实现全消化道检查吗	148
108. 什么情况适合做胶囊内镜检查	150
109. 如何进行小肠检查	150
110. 什么是内镜下射频消融术	151
111. 内镜下射频消融术有哪些注意事项	152
112. 内镜如何治疗消化道狭窄	153

CHAPTER ONE

1

读 经 典

