

健康科普专栏

健康知识普及行动

龙游县人民医院 预约挂号: 7212322



日常预防和治疗胃肠结石的科普知识

胃肠结石是一种在胃或肠道内形成的固体结晶，可能由多种因素导致，以下是对胃肠结石的详细科普：

一、病因

胃肠结石的成因复杂，主要包括以下几个方面：

饮食因素：某些食物富含鞣酸和果胶，如柿子、山楂、黑枣等，空腹时食用这些食物，其鞣酸和果胶在胃酸的作用下容易形成团块，进而形成结石。食用椰子、芹菜、南瓜等富含纤维的食物，也可能在胃内结团形成结石。同时，食用高蛋白食物（如鱼、虾、蟹）与上述富含鞣酸的食物，更易导致结石形成。

习惯因素：某些特殊习惯，如咬咀及咽下头发等，可能导致头发在胃内集聚形成毛球状结石，这种情况较为罕见。

个体因素：某些职业或特殊习惯，如油漆工人吮吸漆水，可能导致松香或树脂在胃内沉积形成结石。服用某些药物，如胃肠造影时服下的钡剂、溃疡病患者服下的碳酸镁或铋剂，也可能在胃内形成结石。

二、症状

胃肠结石的症状可能因结石的大小、位置及形成时间而异，主要包括：

腹部不适：如腹部胀气、饱胀感或压迫感，这主要是由于结石在胃肠道中移动，刺激肠道黏膜引起的。

消化不良：结石可能导致胃肠道蠕动减慢，影响食物的正常消化和吸收，从而使患者出现食欲不振、恶心、呕吐等症状。

恶心呕吐：当结石在胃肠道中移动时，可能会刺激胃肠道黏膜，引起恶心和呕吐。

腹痛：结石在胃肠道中移动时，可能会引起不同程度的疼痛，疼痛部位和程度因人而异。通常表现为钝痛、隐痛或刺痛，有时可伴有剧烈的绞痛。

其它症状：体重下降、排黑色大便、呕吐咖啡样物质等，这些症状可能表明结石已对胃肠道造成损害。

三、诊断

胃肠结石的诊断主要依据患者的病史、临床表现和影像学检查。常用的检查方法包括：

胃镜检查：是诊断胃结石的首选

方法，可直接观察结石的形态、性状及是否合并胃炎、溃疡病等。

X线检查：如X线钡餐透视或气钡双重造影，可发现钡剂在胃内产生分流现象，并显示浮于钡剂上层的团块状充盈缺损区。

B超检查：对胃石诊断有一定帮助，可观察到胃内有界限清晰的强回声团块影像。

四、治疗

胃肠结石的治疗方式多样，包括药物治疗、饮食调整、内镜治疗、手术治疗和中医治疗等：

药物治疗：主要用于结石形成初期，通过减少胃酸分泌、改善胃肠蠕动等机制来溶解结石或缓解症状。

饮食调整：是预防和治疗胃肠结石的基础措施，患者应避免过量摄入高钙、高草酸、高脂肪等食物，增加膳食纤维的摄入，促进肠道蠕动。

内镜治疗：针对较小或较软的结石，通过胃镜或肠镜直接观察到结石的位置和大小，并采用激光、高频电切等方法将结石破碎或取出。

手术治疗：对于较大的、无法通过

内镜治疗的结石，或伴有并发症的患者，可能需要手术治疗。手术方法包括胃或肠道切开取石、胃或肠道切除等。

中医治疗：主要采用中药、针灸、推拿等方法，通过清热解毒、软坚散结等机制来促进结石的溶解和排出。

五、预防

预防胃肠结石的发生，关键在于改善生活方式和饮食习惯：

合理饮食：避免空腹食用柿子、山楂、黑枣等富含鞣酸和果胶的食物；同时食用高蛋白食物时，应注意搭配其它食物以减少结石形成的风险。

规律作息：保持充足的睡眠和规律的作息时间，避免过度劳累和熬夜。

定期体检：定期进行体检，及时发现并治疗胃肠结石等消化系统疾病。

注意卫生：避免咬咀及咽下头发等不良习惯，以减少毛球状结石的发生风险。

通过以上科普，我们可以更好地了解胃肠结石的相关知识，采取有效的预防和治疗措施，保障我们的消化健康。

龙游县人民医院 陈敏

无名尸体认领公告

2022年3月5日，龙游县公安局龙洲派出所接报警称在龙游县清水湾酒店对面龙洲公园池里面发现一具尸体，打捞上岸后经120确认死亡。该死者为女性，年龄约60-70岁，身高155厘米左右，短发，上身由外至内依次着黑色线衣（胸口和手臂有蓝红色“太阳”样花纹）、黄色线衣、黑色线衣、白色内衣，下身着黑色加绒长裤，脚穿印有“SUP NEW FASHION”字样的黑色运动鞋。请知情市民或死者家属及时提供相关线索，以确认死者身份。自本公告发布之日起15日后，仍无人认领尸体的，相关部门将按法律法规作无名尸体处理。

联系电话：龙游县公安局龙洲派出所：0570-7016090。

金警官：13567060912

龙游县公安局
2024年9月6日

无名尸体认领公告

2022年7月18日，龙游县公安局湖镇派出所接报警称在湖镇竺溪桥到毛岭路边的停车场的报废自卸车上有名男性死在驾驶室，尸体已腐烂。该死者为男性，年龄约50-60岁，身高170厘米左右，已腐败，难以辨清身份。尸体上身着浅色短袖，下身着黑色运动裤（两侧有白红条纹），尸体旁放有一双印有“NEW2021”字样的黑色运动鞋。请知情市民或死者家属及时提供相关线索，以确认死者身份。自本公告发布之日起15日后，仍无人认领尸体的，相关部门将按法律法规作无名尸体处理。

联系电话：龙游县公安局湖镇派出所：0570-7063110。

金警官：13567060912。

龙游县公安局
2024年9月6日



保护生态环境
倡导文明新风 / 共建美好明天

