

一人感染全家中招 体检查出幽门螺杆菌怎么办？

胃癌最主要可防控的危险因素就是我们常听到的幽门螺杆菌。湖南妇女儿童医院专家指出，幽门螺杆菌构成了胃癌最关键的危险因素，但可防可控。这种细菌属于革兰氏阴性微需氧杆菌类别，是迄今为止发现的唯一能在人体胃黏膜组织中长期寄生的细菌种类。

幽门螺杆菌，是一种呈螺旋形态的微厌氧细菌，其生长条件极为严苛，常常寄生于人体胃黏膜组织中。经科学研究证实，该细菌是慢性胃炎和消化性溃疡的主要致病因子之一，且与胃癌和胃黏膜等相关疾病的发生存在

密切关联。它是一种常见的细菌，具有极强的传染性，容易反复发作。它可以通过很多方式传播，如进食被污染的食物、接吻拥抱等亲密的接触行为，母婴、聚餐等多种途径传播。

一旦感染幽门螺杆菌，它就会持续

在胃里破坏正常结构和功能，导致胃酸减少或缺乏，增加肠道感染的概率。同时，也是一系列胃部疾病的罪魁祸首，包括急慢性胃炎、消化不良、胃溃疡、十二指肠溃疡甚至胃癌、胃淋巴瘤等。

湖南妇女儿童医院体检中心张娜

主任提醒，口传播是幽门螺杆菌最主要的传播途径，如家庭内传播、一起用餐不使用公筷，与感染者长期密切接触，接触感染者的唾液、胃液、呕吐物或粪便排泄物等都会传播。此外，食用生水、生肉也有可能被传染。

感染幽门螺杆菌的常见症状

感染幽门螺杆菌后，大部分人没有特别明显的临床表现，常见症状表现：

1. 顽固性口臭，感染幽门螺杆菌后，细菌产生的分泌物所带来的臭味会通过口腔散发出来；
2. 上腹部不适、隐痛，有时发生反酸、恶心、烧心且容易反复发作；
3. 可能引起胃黏膜损害，临床疾病的发生呈现多样性，患者多出现胀气、饱胀感等；
4. 消化不良，人体的营养摄取出现障碍，会出现消瘦，甚至贫血等。

如何预防幽门螺杆菌？

最常用的非侵入性方法，碳13或碳14尿素呼气试验，方法简单，呼气检测就能完成，具有无痛苦、灵敏度高和准确性高的特点。

侵入性方法，胃镜检查。胃镜不仅能直观胃部情况，还可以在胃镜检查活检组织时同时进行幽门螺杆菌检测。

如何预防幽门螺杆菌？

1. 如果家人感染幽门螺杆菌，应使用专门的餐具，并对所有碗筷进行消毒；
2. 饭前便后勤洗手，使用公筷，餐具注意消毒；
3. 禁烟少酒，少吃生冷硬辣、重油重盐等刺激性食物，遵循少食多餐、营养均衡、细嚼慢咽的原则；
4. 孩子是易感人群，禁止口对口喂食，可以给孩子准备专用餐具日常消毒；
5. 保持良好的口腔卫生，建议3个月更换一次牙刷；
6. 定期体检，如家庭成员感染，家属也要检测、同步治疗，避免反复交叉感染。

据《长沙晚报》

藿香正气水与这些药物同用会危及生命

炎炎夏日，长时间待在高温环境下，或从事重体力劳动者，以及婴幼儿、老人很容易出现中暑，传统中成药藿香正气水就成为人们祛暑的首选良药。但很多人有所不知，藿香正气水也可能诱发双硫仑样反应而危及生命。

物期间（口服或静脉用药），食用含有酒精的饮品、食物或皮肤接触酒精，从而导致体内乙醛蓄积而引发的中毒反应。轻度表现为颜面或全身皮肤潮红、轻度头昏、心慌，无恶心、呕吐、发热、头痛等；中度表现除上述症状外还可出现头痛、心慌、恶心、呕吐、发热；重度表现为喉头水肿、呼吸困难，甚至发生过敏性休克。而绝大部分藿香正气水配料都含有酒精，含量甚至高达40%。”甘肃省第三人民医院消化科副主任赵剑芳说，服用藿香正气水后的7天内，都不能服用头孢类药物。



名医手记

藿香正气类药品包括藿香正气水、藿香正气液、藿香正气软胶囊等，从功效到注意事项，都是比较相似的，最大的区别在于是否含有酒精。藿香正气水中，成品含40%-50%的酒精。而藿香正气口服液和藿香正气软胶囊，成品不含酒精。

藿香正气水与哪些药物可能产生双硫仑样反应呢？赵剑芳介绍，1. 头孢菌素类抗生素：常见的有头孢哌酮，头孢曲松，头孢唑啉，头孢米诺，其中以头孢哌酮和头孢哌酮舒巴坦最敏感。2. 咪唑类抗菌药物：如甲硝唑、替硝唑及奥硝唑等。3. 如呋喃唑酮、酮康唑、复方磺胺甲噁唑、异烟肼、华法林、异烟肼、丙咪嗪、硝酸甘油等。另外，磺酰脲类降糖药也可引发双硫仑样反应，如氯磺丙脲、甲苯磺丁脲、格列丙脲、格列本脲等。

另外，有高血压等慢性疾病患者，或正在接受其他治疗的患者，均应在医生或药师指导下服用。藿香正气水也不宜与滋补类中成药同时服用。老人、孕妇、幼儿等体质较弱者也尽量不要喝。

奔流新闻·兰州晨报记者 欧阳海杰

这样洗菜 当心越洗越脏

如何把新鲜的蔬菜清洗干净，网络上有很多热心人推荐的高招儿，诸如“多浸泡去农残”“用洗涤剂更干净”等。然而，也有观点说这些方法有可能越洗越脏。那么，这种说法有没有道理？日常生活中如何洗菜更快捷更安全呢？

科信食品与健康信息交流中心副主任、副研究员阮光锋在接受记者采访时说，对于大部分蔬菜来说，用干净的自来水浸泡和冲洗就可以，而某些看似充满“科学道理”的高招儿不但没效果，还可能适得其反。

有些人认为把蔬菜长时间浸泡在水里，可以溶掉蔬菜表面的农药残留或污垢。事实上，虽然水溶性的农药残留确实可以通过浸泡的方式去掉一部分，但浸泡控制在5—10分钟即可，长时间的浸泡可能会让某些蔬菜的细胞壁变软，反倒使农药和其他污染物更容易渗透进去。此外，一些水溶性的维生素还会溶解在水中，造成营养损失。

有些人习惯用浓度比较高的清洁剂、果蔬清洗剂等来洗菜。但是，如果清洗不彻底，洗涤剂中的化学成分却很可能残留在蔬菜表面，带来二次污染，影响健康。

阮光锋说，蔬菜先切后洗，一是容易让蔬菜中的营养成分从切口处流失，因为蔬菜中的许多营养成分，如维生素C、叶酸等，都是水溶性的；二是蔬菜切后再洗时，切口处的细菌、污垢或者是农药残留反而更难彻底清洗干净。

如果实在不放心，还可以把洗好的蔬菜用快速焯水的方法处理一下，因为加热可以帮助分解有机磷农药，对某些高农残的蔬菜来说，80%—90%的残留农药都可以用这种方法清洗掉。

据《中国消费者报》

赵剑芳



近日，家住福州的陈先生因出现发热、咳嗽、咳痰等症状，前往医院就诊，医生为他开了一瓶头孢西丁钠。陈先生在就诊结束后回家的途中，感觉发热、胸闷、腹胀，判断自己出现中暑症状，便前往药店购买藿香正气水并口服了一支。

约15分钟后，陈先生开始心慌气短、面部潮红、心率加快、头痛头晕，之后突然昏厥倒地。随后，陈先生被送至医院抢救，经诊断，陈先生因同时使用头孢类药物及含有酒精的藿香正气水，导致二者相互作用，发生了双硫仑样的中毒反应。

“双硫仑样反应是指在使用某些药

夏季高尿酸血症及痛风易发，应注意合理饮食

炎炎夏日，冰啤酒搭配肉类烧烤、海鲜的饮食组合受到不少人喜爱。“近两周接诊的高尿酸血症和痛风患者比以往增加了三成，通过问询发现不良饮食习惯是重要诱因。”辽宁省沈阳市第七人民医院内分泌科主任甘宇说。

“尿酸是体内嘌呤代谢的产物。摄入过多高嘌呤含量的肉类、汤类、海鲜，含糖量高的精细主食、高甜度水果，含酒

精的饮品尤其是啤酒，都可能导致尿酸升高，引发高尿酸血症。”甘宇介绍，长期的高尿酸血症会对关节造成损伤，引发无菌性炎症，进而诱发痛风。

“烧烤中很多食材嘌呤含量非常高，如动物内脏、海鲜等。同时大量饮用啤酒或高果糖饮料，两者相加，尿酸水平会迅速升高。”甘宇说。

甘宇表示，除了不当饮食，夏季气温

高，人体排汗多、排尿少，如未能及时补充水分，也会引起尿酸浓度增高；尿酸盐在低温环境下更易析出晶体，沉积在关节周围，如果空调温度开得过低或离出风口过近导致突然受凉，也可能诱发痛风急性发作。

“总之，夏季高尿酸血症及痛风易发，尤其是尿酸水平高的人应注意合理饮食，多喝水、适量运动，通过排尿方式代谢体内尿酸。”甘宇说。

据新华网