



严防幽门螺杆菌感染

我国是幽门螺旋杆菌感染高发国家,感染率高达59%,将近有7亿人感染。喂饭、亲吻等日常行为易将病菌传给孩子。



科普行
栏目 | 四川省民族科普工作队
协办 | 甘孜州科协 阿坝州科协

最近有几篇新闻都曾报道,孩子因为患上幽门螺旋杆菌而患上“老胃病”,甚至“吐血”。幽门螺杆菌(简称Hp),是导致人类慢性感染最常见的细菌。它在人体的胃部生存,它不怕胃酸,是唯一能在人体胃内长期存活的细菌。根据世界胃肠组织(WGO)保守估计,全球至少有一半人口感染幽门螺杆菌。

幽门螺旋杆菌对孩子的危害

幽门螺旋杆菌是慢性胃炎、消化性溃疡的主要病因,会造成消化不良、缺铁性贫血、消化道溃疡、特发性血小板减少性紫癜(ITP)、增加罹患胃癌风险等危害。幽门螺旋杆菌感染比例高,但却不容易引起重视。目前的数据显示,感染者中有15%~20%会发生消化道溃疡,5%~10%发生消

化不良,1%发生胃恶性肿瘤,剩下的,都是没有症状的。对于那些相对轻微的症状,比如说腹胀、不消化,甚至腹痛,很多人都认为是“肠胃不好”“老胃病”,并没有被重视。对于成人而言,因为自身抵抗力好,大多可以和幽门螺旋杆菌和平共处。而对于抵抗力弱的孩子和老人,致病可能性很高。有研究表明,我国10岁以下儿童幽门螺旋杆菌的感染率会达到40%~60%。孩子如果感染幽门螺旋杆菌,会导致食物的消化、吸收功能欠佳,从而生长发育落后,甚至患有胃部慢性疾病。

8类孩子建议做幽门螺旋杆菌检查

依据2015年的《儿童幽门螺旋杆菌感染诊治专家共识》以及依据美国胃肠病学学院2017年的指南,有消化性溃疡、胃黏膜相关淋巴瘤、慢性胃炎、一级亲属中有胃癌、不明原因的难治性缺铁性贫血、计划长期服用非甾体消炎药(包括低剂量阿司匹林)、不明原因消化不良和生长落后者、不明原因的原发性血小板减少性紫癜(ITP)这8种情况的孩子,建议去做幽门螺旋杆菌的检查。如果孩子被确诊感染,通过一段时间的抗生素治疗,病菌是可以

被杀死的。如果没有明显恶心腹胀、便血吐血、长期不明原因的的生长落后,则不需要检查。

如何预防感染

幽门螺杆菌的具体传播途径还不明确,目前认为,最可能的传播途径是“粪-口”传播(如厕后不洗手,又去吃东西或者摸嘴巴)和“口-口”传播。我国家庭大多是共同进餐,只要家庭成员有一个人携带病菌,他用含过了的筷子夹了盘子里的菜再夹给孩子,很有可能发生传染。

1. 不要口口喂食,不要亲孩子嘴巴。大人中感染该细菌的非常多,所以,千万不要怕孩子吃不好,自己咀嚼后再喂给孩子,也不要直接亲吻孩子的嘴巴,以免唾液传染。
2. 采用分餐制度。最好能采用分餐制度,做好饭后,直接分到分餐盘中,个人吃个人的,从根本上解决传染问题。
3. 公筷的使用。如果没法采用分餐,吃饭时可以准备一双公筷,给别人或孩子夹菜时,使用公筷。
4. 注意食品卫生。蔬菜、水果一定要清洗干净,肉类一定要做熟了再吃。
5. 做好洗手工作。如果家里有成员明确感染过幽门螺杆菌,那饭前、便后一定要勤洗手再照顾孩子。

(星华)

正确应对肠梗阻

近日有新闻报道一小伙早上着急上班,在街边囫囵吞枣地吃下了3个茶叶蛋,次日凌晨开始腹痛、腹胀,疼痛难忍,就医后确诊为肠梗阻。最后经过手术才顺利康复。那么,这个肠梗阻究竟是个什么病,严重到得动手术才能治?它是如何被引发的?肠梗阻是指部分或全部的肠内容物不能正常流动并顺利通过肠道,通俗地说就是肠子被堵住了,是常见的外科急腹症之一。肠梗阻病情多变,且发展迅速,严重时可能引发肠坏死、穿孔,危及生命。肠梗阻会出现持续性腹部疼痛、呕吐、腹胀等症状,急性梗阻的病人为绞痛性疼痛,如果合并炎症,常为持续性疼痛阵发性加剧,慢性梗阻的病人多为持续性的腹部钝痛。肠道完全梗阻可造成排便停止,但如果不完全梗阻,或是梗阻的早期,仍可有少量排气排便。

个茶叶蛋的小伙,医生在他的小肠中取出一个完整的蛋黄。

2. 肠管受压,如粘连带压迫和肠管扭转,嵌顿疝等。

3. 肠壁病变,如先天性肠道闭锁、肠套叠、克罗恩氏病、肠道肿瘤等。

4. 肠动力不足,如腹部大手术、肠道炎症及神经系统功能紊乱等。

5. 肠管血运障碍,具有肠系膜血管栓塞或血栓形成,导致血运性肠梗阻。

如何预防肠梗阻?

根据肠梗阻发生的原因,有针对性采取某些预防措施,可有效地防止、减少肠梗阻的发生。对患有腹壁疝的患者,应予以及时治疗,避免因嵌顿、绞窄造成肠梗阻;习惯性便秘者,应多活动、多饮水,必要时在医生指导下选用合适的药物,促进肠蠕动,帮助粪便软化,预防肠梗阻;加强卫生宣传、教育,养成良好的个人卫生习惯,预防和治疗肠蛔虫病;40岁以上人群,定期做肠镜检查,早期发现和及时治疗肠道肿瘤;老人应多选择易消化、含纤维素多的食物,少食不易嚼烂、易形成团块的食物,谨防食源性肠梗阻;家长要加强对儿童的看护,避免儿童吞下异物;治疗其他原发病消化系统及心血管疾病是引起肠梗阻常见的原发病。

最后提醒大家,如果发现腹痛持续加重,一定要排查肠梗阻可能性,避免误当成肠胃炎诊治,耽误了治疗的宝贵时间。(钟科)



“灵灵教”毁了我的晚年生活

灵教,它毁了我原本幸福的生活,也毁了我的晚年安乐。

我和老伴俩都是本分人,邻里平常帮个忙啥的都是一喊就到。大概前些年太辛苦了,我得了腰肌劳损,活干重了腰就疼。开始,也没太当回事,干不动的时候就喊儿子回来帮忙。有一天,几个外地人来到我们村说是传“福音”的,他们一到我家就主动地帮忙打扫院子,还对

我说:“我们是来传‘救世主旨意’的,只要你加入,可以保全家平安健康。”说实话,农村人其实最怕就是个病啊灾的,听着她的鼓吹,再加上她们几个人在我家忙前忙后的,看也不像坏人,我就同意有空去参加他们的活动。结果,就这样,我一步一步陷入到“灵灵教”编织的邪网中了。

几个月过去了,我渐渐沉迷其

中,每天昼伏夜出的参加他们的活动。渐渐的老伴儿感觉到了我的反常,晚上就不让我出门。可是每次我都不顾她的反对去参加。我一直患有高血压,医生叮嘱要长期服药。自从信了他们“入教可以保佑我百病不侵”的话后,我开始不再吃药。这样过了半年,一天睡醒后,我突然感觉自己半身麻木,说不出话来,家人赶紧把我送到医院。经医生

诊断,我是脑血栓发作。经过紧急治疗,总算捡回条命,却落下了半身不遂的毛病。通过这件事,我也清醒过来,毅然脱离了邪教。

现在,我只希望我的身体能够渐渐恢复起来,生活能够自理,不再成为家里的负担。都是万恶的“灵灵教”毁了我!我信他们的话,最终酿成了这样的恶果,可是一切都晚了,悔不当初呀!(中国反邪教网)



农技协名优农产品展示

栏目协办:四川省农村专业技术协会



桃子

盐边县猛粮水果协会
销售电话:18982321626



长毛兔

洪雅县中保镇史华村长毛兔养殖协会
销售电话:13778877001



李子

筠连县腾达镇春风村李子协会
销售电话:13684194209



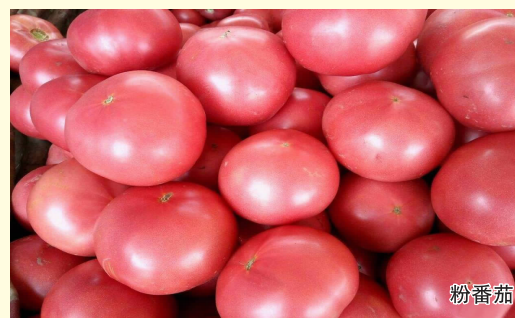
跑山鸡

自贡市贡井区桥头土鸡养殖协会
销售电话:18990040326



花椒

富顺县锦鑫花椒种植协会
销售电话:13990087128



粉番茄

遂宁丰生农业有机蔬菜种植技术协会
销售电话:15828881088



黄花

安岳县横庙大月山黄花协会
销售电话:15583261181



辣椒

北川羌族自治县坝底蔬菜协会
销售电话:13990191697



脱毒马铃薯

叙永县永顺三高农业科学技术服务协会
销售电话:13079102673



火龙果

米易县火龙果协会
销售电话:13980347160



日本大葱

彭州市黑龙大葱协会
销售电话:13881884368