



年轻人肠子变黑，生了啥大病？

医生建议应远离杂牌减肥药

年轻人常说“后悔得肠子都黑了”，医学上确有其事，名叫“结肠黑变病”。医生指出，滥用杂牌减肥药或便秘药，是导致肠子发黑的重要原因，消费者必须正视该问题。

记者 范展颢 通讯员 唐柳青



肠子发黑：年轻女性和老人高发

今年不到30岁的罗小姐经常便秘，自行吃过很多药物和茶水，

效果欠佳。近日，罗小姐下定决心做了一次电子肠镜检查，被确诊为“结肠黑变病”。

“所谓‘结肠黑变病’，表征是肠子变得黑乎乎。”中山市人民医院消化内科主治医师岑川分析说，罗女士经常服用杂牌减肥茶和药物，诸如某润茶、某通便茶、某芦荟胶囊、某湿毒清，结果把肠子搞坏了。

岑川告诉记者，“结肠黑变病”是一种良性、可逆、非炎症性的肠道黏膜病变。伴随便秘症状改善和正确治疗，果断停用相关刺激性泻药，大量的脂褐素将被溶酶体消化和分解，肠道内黑乎乎的色素沉着将减轻甚至消失。

岑川表示，年轻女性和老人是“结肠黑变病”的高发人群。其中，年轻女性爱好减肥，喜欢服用芦荟等减肥产品。

岑川说：“此外，长期便秘的老年人，不想去看医生，跑去外面买点泻药吃，最终诱发‘结肠黑变病’。”

特别提醒：滥用泻药易成药物依赖

“服用含蒽醌类中药的保健品，市民一定要详细查阅产品说明书，了解具体成分。”岑川表示，大黄、芦荟、番泻叶、决明子等蒽醌类中药属于刺激性泻药，能解决便秘、减肥等问题，价格也便宜。市民长期服用，不知不觉中形成依赖，并导致不可逆的肠神经损害和“黑肠病”。

岑川强调说：“最可怕的是长期服用刺激性泻药，影响正常的肠道蠕动和生理节律。最终的后果是，吃这些东西能排便，不吃就便秘，形成药物依赖。这种平衡被打破，很难逆转，需要长时间服用缓泻剂、胃肠动力药物、肠道菌群制剂去调理。”

对于便秘、减肥等问题，岑川建议说：“最有效的办法是多吃蔬菜水果，每天至少补充20—30克膳食纤维；多喝水，每日至少饮水1.5升至2升；多运动，促进肠道蠕动，例如每日坚持散步6000步；形成定时排便习惯，每日早晨起床后或吃饭后，定时排便1至2次。”

腰酸背痛 立即按摩就好了？且慢！

未确诊病因就去按摩，极易给你制造大麻烦

白领樊旗(化名)近日忙着在沙溪镇装修新房，多次搬运瓷砖，不慎扭伤腰部肌肉。樊旗随意去到石岐区某养生店，做了一次按摩和拔火罐；到了晚上，背部刺痛，无法入睡。次日，樊旗忍痛前往正规医院处理伤情。中山亚太医院康复科副主任医师郭瑞兰，在樊旗的手部、背部施针数枚，疼痛随即大幅度缓解。

“樊旗的腰部扭伤正处于急性期，决定给他按摩的人，缺乏医学常识。”郭瑞兰强调说，未明确病因、病理随意去处置，极易给患者加重病痛，这类案例处理需谨慎。

记者 范展颢

提醒1

选择按摩需谨慎

“医生明确诊断，选择合适的中医康复治疗手段，才是解决患者伤痛的根本途径。”郭瑞兰医生，退休前是中山一家三甲医院的针灸康复科医生，临床经验丰富，对颈椎病、腰椎间盘突出治疗很有心得。

她表示，上文提到的腰痛病例，是急性腰扭伤处于急性期，注意卧床休息，不能急着按摩治疗。此时，发病部位处于充血、水肿的状态阶段；按摩只会加剧症状，针灸和物理治疗才是有效办法。

郭瑞兰指出，中医康复常见的手段包括按摩、针灸、艾灸、放血、牵引、中药熏蒸、刮痧、拔罐等，都需要根据病情，经过中医辨证，才能给出适合不同人群的治疗方案。

提醒2

康复前做检查？并非多余

说到正规医院的中医康复部，不少市民认为无非是给身体按几下、扎几针的科室。一旦医生要求患者拍X光片，甚至给伤患部位做CT计算机扫描、MR核磁共振等检查，这是否算是“滥用检查”？

“有经验的医生，面对疑难病症，决定做检查，这绝对不是多此一举。”郭瑞兰分析说，中医康复的临床检查，一定要清晰了解患者的临床症状和体征。为了分析病情，需要进一步拍X光片，甚至做CT、MR等检查，最终目标是明确诊断，以免让治疗出现偏差，耽误病情。

郭瑞兰曾遇到一个案例，让她印象深刻。一位镇区学校的老师出现胸背部疼痛，到镇区医院看病，服药数次仍未见效。该教师找到郭瑞兰，医生让他做CT检查，确诊出大病——胸椎结核。

据介绍，结核杆菌除了可引发俗称“肺癆”的肺结核，也有可能诱发全身骨关节结核。以胸椎结核为例，结核杆菌破坏了胸背部的脊柱组织，破坏骨质，造成骨骼病变坏死。

郭瑞兰告诉记者：“打个比方，这位老师的胸椎变成了‘豆腐渣’。一旦被人按摩，胸椎马上出事，造成截瘫，下半辈子就完了。”

医生金句

郭瑞兰：

按摩是养身保健，缓解人们生活压力、治疗疲劳症的有效方法。然而，面对颈背痛、腰腿痛等问题，需要精确了解病情，还要区分老人骨质疏松症等复杂病情。建议市民理性选择按摩场所，尽量选择正规医院，相信医生的判断和经验，以免白费钱财、耽误病情，甚至按出“大麻烦”。

大象口腔医院开业

“青少年口腔教育”公益项目同时启动

商报讯(记者 范展颢 徐璇)6月27日上午，位于西区富华道、翠景道交界的中山大象口腔医院宣告开业。

当天上午，“2018健康中山公益行·青少年口腔教育”公益项目宣告同时启动，大象口腔医院将携手中山日报报业集团、《中山商报》、中山日报小记者深入社区，共同传播青少年口腔健康知识。此外，为了普及全民口腔保健意识，关注儿童口腔健康，大象口腔医院将面向12岁以下儿童，推出口

腔基础治疗全免费的公益活动，并建立终身口腔健康档案管理。

据介绍，中山大象口腔医院坐落在西区富华道36号，楼高两层，建筑面积达2000余平方米，隶属于帝象医疗健康集团，是中山市卫计局批准成立，集医疗、教学、培训、科研为一体的二级专科医院。

大象口腔医院董事总经理温健华告诉记者，医院将秉承欧美齿科技术理念，提倡“舒适化、流程化、体验化”

诊疗服务。医院组建了由国内外齿科博士、主任医师等组成的医护团队阵容，提供全面口腔技术保障，注重顾客身心灵诊疗体验。

广东省民营牙科协会副会长兼秘书长石考龙告诉记者，截至今年上半年，中国民营口腔医院及口腔诊所的数量超过8万家，注册医师超过19万人，年均复合增长率达30%。民营资本进入医疗领域是大势所趋，也促进了民营医疗机构如雨后春笋般涌现。

幼年忽视“隐睾”问题

42岁男子确诊恶性肿瘤

商报讯(记者 范展颢 通讯员 黄琳)42岁男子李林(化名)去年初被发现右侧阴囊肿大，未予重视；及至年底，李林阴部疼痛，经就医检查，确诊为“巨大精原细胞肿瘤”。医生指出，男性往往忽视“隐睾”问题，成年后有可能诱发肿瘤恶变。

中山市中医院肿瘤科副主任黄国

森回忆说，李林自述刚出生时被发现“隐睾”，但父母并不了解这种小儿先天性疾病，认为睾丸在孩子长大后将自行下降，并没有及时手术。到了10岁那年，李林才接受了双侧隐睾下降固定手术。

黄国森告诉记者，李林到了10岁才做手术，已远远错过了最佳手术时

期。睾丸长期留在腹腔内或腹股沟管里，受到体内“高温”影响，制造精子能力日渐降低，容易造成男性不育，还导致病变机会增加，诱发恶性肿瘤。

黄国森提醒说：“隐睾，即阴囊内无睾丸。一部分男婴的隐睾有可能自行下降到阴囊。然而，一旦出生后1年，隐睾仍未下降，自行下降的几率很小，父母需要考虑让男婴接受手术治疗。无论是单侧还是双侧隐睾，患者的睾丸存在较大的肿瘤恶变风险，且病情会随着年龄增大而逐渐加重。”

市博爱医院将举行义诊

接受“社交癌”患者咨询

商报讯(记者 范展颢 通讯员 王蓉)记者昨日从中山市博爱医院获悉，该院妇保科将于6月29日(本周五)在门诊大楼举行义诊，为存在尿失禁问

题的女性解答疑难。

据介绍，尿失禁俗称为“社交癌”，每5个成年女性，就有1人受到这一问题困扰。女患者遇到腹部压力突然增

加时，如咳嗽、运动、快步走等情况下，尿液将不由自主地流出，身上出现难闻的“尿臊”味道。尿失禁极易让女性产生焦虑、尴尬、沮丧等不良情绪，“难言之隐”造成了对社交活动形成抗拒。

记者获悉，2009年起，医学界将每年6月最后一周定义为“世界尿失禁周”，呼吁社会各界为尿失禁患者提供专业的帮助。