

“听说,治疗幽门螺杆菌的药物特别猛,不但能杀死幽门螺杆菌,还会把肠道中所有的菌类统统杀灭,甚至有的人没把幽门螺杆菌消灭,反而差点把自己给消灭了。”

“我看好多人确诊感染幽门螺杆菌好多年,没治疗也都好好的。所以,这个病根本没事,不用管它。”

“我可受不了身体有问题。我一定要把幽门螺杆菌消灭,以绝后患。”

以上说法,哪个是关于幽门螺杆菌正确的认识呢?

查出幽门螺杆菌 要“赶尽杀绝”?

详解幽门螺杆菌的善与恶

近年来,幽门螺杆菌越来越受重视,很多患者一旦查出感染了这种细菌,就纷纷来门诊要求尽快清除自己体内的幽门螺杆菌。

幽门螺杆菌,我国简称Hp。目前研究显示,Hp是人类消化性溃疡的主要致病因素,而消化性溃疡是现代常患的一种疾病。Hp是人类慢性胃炎的主要致病原因之一,而慢性胃炎常常令患者感到肚子不舒服。常年不受控制的Hp感染,还可能导致胃癌或胃淋巴瘤的发生。

所以,1994年,Hp被世界卫生组织和国际癌症研究机构确定为I类致癌因子!

这样看来,Hp似乎是个“坏”细菌!

但是,现在的研究也发现,对某些人群来说,Hp的感染率是高的,但是胃癌的发生率并没有水涨船高。对某些人群而言,根除了Hp,反流性食管炎的发生率高了,有些人甚至更容易过敏了。

似乎,Hp也并不是一无是处。

一定要根除幽门螺杆菌吗?

就目前已经发表的研究而言,Hp相关性疾病被发现的越来越多,Hp对人体健康影响也备受大家瞩目。

无论是2007年还是2012年,国内专家一致认为Hp相关疾病是一种病原明确的传染病!特别是在消化性溃疡、胃癌、胃的某种淋巴瘤中,都倾向于“根除Hp”。

2015年日本京都的国际Hp专家大会共识甚至提出,为“减少胃癌、慢性胃炎等疾病发生的可能”,Hp一经查出,就应该根除。

那是见Hp就“杀”吗?其实,Hp只是一种被研究得较多的生活在胃内的菌而已。

随着科技进步,人们的认识已经从胃内没有菌,到胃内有致病性的Hp,到胃内有产毒素的Hp和不产毒素的Hp,到胃内可以生存不止Hp一种菌。所以,胃内的生态到底应该是什么样子的,Hp是不是唯一的胃病致病菌,医学界尚不明确。

目前有观点认为,所谓Hp感染,其实就是胃肠道菌群紊乱的一个特例,提示人体内环境的紊乱,本质上应该调整机体内环境的

平衡,而不是盯住一个Hp穷追猛打,更不应该为根除Hp而造成体内益生菌群体的生态失衡。

其次,目前经典的根除Hp的方案往往需要多种抗生素的协同,才会有较好的根除效果,而滥用抗生素或不规律使用抗生素很容易产生耐药菌,导致多次根除Hp不成功。

反复多次根除Hp,不仅容易加重肝脏负担,而且容易造成肠道菌群紊乱,导致人体内环境失衡,产生更多疾病状态。更不必说目前推荐的根除Hp的是四药组合方,近2周的费用达近千元。有研究报道称,国人的Hp感染率高达50%以上。从卫生经济学的角度看,这也是一笔不小的医疗负担。

但是,对于那些发病机理研究得较透彻、众口一词认为患有Hp相关性疾病的患者,如消化性溃疡、胃癌、胃恶性肿瘤,目前消化界医生一致认为:有条件的应该根除。对于一些不明原因的荨麻疹、不明原因的贫血,有时也需要根除Hp。

应对幽门螺杆菌记住3点

目前,结合专家共识,建议:

1.明确的消化性溃疡、某种胃淋巴瘤(MALT淋巴瘤),强力推荐积极根除Hp。

2.胃癌、部分胃炎、胃大部切除术后、长期服用镇痛药、拟长期服用阿司匹林、部分不明原因的血液病,推荐根除Hp。

3.其他发现同时存在Hp的疾病,是否需要根除Hp,并无明确推荐。

各类多次根除Hp未成功的患者,应该回想下自己的生活是否健康?是否服用了正规的药物?是否规律服药?周围亲密接触人群中是否有Hp感染者?

有时,您感染的正好是耐药菌,这也可能是反复根除效果不好的原因之一。如果是这样,临床上还会推荐您完善胃镜检查,内镜下取组织黏膜做细菌培养,根据Hp的耐药性选择合适的抗生素,再进行敏感抗生素组方的规范治疗。

怎样预防幽门螺杆菌感染

首先,我们需要了解常见的Hp感染途径,这样才能做到知己知彼,百战不殆。

幽门螺杆菌感染多是由于“病从口入”。因此,注意个人卫生十分重要。日常生活中保持健康的生活方式,维持自身内环境稳定,避免体内菌群失调,则是最根本的避免患上Hp相关性疾病的方法。

日常生活中,要自觉保持健康的生活,不要让与人交往时的

“口口相传”卫生问题成为Hp感染的源头。请注意以下几个方面:

- 1.勤洗手,尤其是餐前洗手。
- 2.碗筷要消毒,尤其与Hp阳性者共同进食的时候,做到餐具分开。
- 3.Hp感染者,应主动与他人分餐。
- 4.聚餐时,鼓励使用公筷,加强宣传,倡导全民公筷行动。

据 武汉晚报



鱼族墨客话乌贼

李世平

中药漫谈

前些日子,购得鲜乌贼(墨鱼)数只。余留其骨,洗净晾于阳台,以备药用。由是忆及往事,顿生感慨。

古代传说,乌贼是北海之神手下的一小吏。其名由来,《本草纲目》曾列举前人说法三种:一曰是鸚鸟所化;二曰因腹墨而得名;三曰其嗜乌鸦,常静浮水面,待乌鸦啄之,乘势卷食,为乌之贼害也。列之于兹,聊佐趣谈,不宜深究也。

小学阶段,常备乌贼骨于书包。那时一到下午,常赴城郊“锻炼”,穿行于林木下,

草丛间;攀岩上树,捕捉昆虫;手足划伤是寻常事也。伤口浅小,一般以唾液涂之;若大且深,则将乌贼骨用小刀刮粉,敷撒于伤口处,止血之效亦同当今“止血贴”。“旧时,家庭主妇烹饪墨鱼,往往留下其骨,晒干后妥为保藏,以备不时之需。”记得我家灶台上就常炕有此物。听长辈说过,墨鱼骨内服,可治胃痛、吞酸等症。

以五行观,黑色属肾;其腹有墨,为通肾之品。又,血乃心之色,“血见黑即止”,乃因肾水能制心火。故乌贼之骨可止血焉。《药典》概括乌贼骨功用曰:“收敛止血,制酸止痛,涩精止带,收湿敛疮”。内治吐血衄血、崩漏便血、胃痛吞酸、遗精滑精、赤白带下,外治损伤出血、湿疹湿疮、溃疡不敛等症。作为中医四大经典之一,《内经》重在

阐述医理。药方仅13个,其中1方用乌贼骨、茜草治妇女“时时前后血”。清代名医张锡纯广参诸家本草,认定上述二药固涩下焦,可用治女子血崩(类子宫出血)。时遇一血崩患者就诊,切脉虚弱无力,即用黄芪、白术补气,辅以龙牡、枣皮等,收敛固摄;复诊知病情仅是稍缓,即加入海螵蛸12克,茜草6克,血顿立止。故知二药止血之力,遂拟就“安冲汤”“固冲汤”,主治女子月经过多。而两方中,二药皆与焉。张公仁心仁术,岂忍私藏,遂将处方公诸医界,以利苍生。

现代名医陈存仁(1908—1990)医术精湛,名噪一时。其治胃溃疡有食疗方:乌贼骨粉、白及粉、甘草粉共制成丸,饭前吞服。十二指肠溃疡出血,亦可于饥饿时吞服乌贼骨粉、白及粉,止血止痛,极有功效。

施今墨(1881—1969)先生,位列北京四大名医。其治出血症、遗精带下、久虚泻痢等常选海螵蛸;凡肾气不固引起之前后二阴病变,多配以桑螵蛸,共济互补。

笔者曾先后师从数位著名老中医。诸师治女子带下,不论新久,亦不论色质味之异,皆先止涩,乌贼骨乃必选也。

墨鱼防身之法,除了喷墨逃遁,尚能在瞬间改变身体颜色,故有别号“海中变色龙”。对此灵物,文人雅士歌咏之作甚寡。偶有涉及,亦鲜有赞美辞焉。而在实际生活中,其却有多种功用。于烹饪方面,属极佳食材,能做出各种美味佳肴。进入中医法眼,以收涩见长,既是妇科常用之品,又为胃病多选之药,更可外治湿疹、疮疡等。其虽贮墨满腹,却难为自身贼名辩白。可谓:世路无穷,劳生有限;知我罪我,唯墨也欤!