



生小孩后，龙女士的体重直线飙升

# 胖妈「微创缩胃」减肥

记者 陈贻贵  
通讯员 李文娟 孟天笑

龙女士做微创减重手术已经三个多月了，现在减得怎么样了？这是市中心医院胃肠外科李胜博士最为牵挂的。4月7日，李胜电话回访龙女士，详细询问术后恢复、减重情况。

龙女士是两个孩子的妈妈，今年35岁。生小孩后，龙女士的体重直线飙升。最高达到112公斤。对于龙女士来说，肥胖不单单是形体的问题，已经严重危及她的健康。随着体重增加，高血压、糖尿病等各种代谢疾病也随之而来。

龙女士下决心减肥。她尝试过节食、运动等方法，还去美容院做过按摩穴位减肥，但效果都不理想。2020年，龙女士在抖音上看到很多人做袖状胃手术，效果很好，于是她默默地关注了半年时间。后来，她加入了减重手术患者微信群，在群里，龙女士看到很多重度肥胖患者通过手术成功减肥，更加坚定了做减重手术的决心。

可是，龙女士结识的那些减重手术患者大多数都是在外地做的，能不能就近做手术呢？她到市中心医院胃肠外科咨询。龙女士得知，市中心医

院胃肠外科两年前就已经开展减重手术，做了多例腹腔镜袖状胃减容术，回访至今很多患者效果很好。今年，该科联合营养科、内分泌科、心理咨询科等相关专家，成立减重代谢疾病MDT团队。

经检查，龙女士被诊断为重度肥胖，同时合并高血压、II型糖尿病、鼾症、多囊卵巢综合征，体重指数(BMI)值高达43kg/m<sup>2</sup>。

今年1月5日，经过MDT团队精心的术前准备，在胃肠外科主任刘森林的指导下，李胜博士团队顺利地给龙女士完成了微创减重手术(腹腔镜下袖状胃切除术)。手术非常成功，术后第一天龙女士就能下床，开始进流质。术后第4天，她的身体恢复良好，已顺利出院，一个星期就去上班了。术后，减重专家团队对龙女士进行定期术后随访，给她提供饮食、营养、身体锻炼等方面的建议，以达到最佳减重效果。术后两个多月，龙女士的体重减了23公斤。

龙女士说，减重手术让自己体重降下来，血糖降至正常值，身体健康了，形象变美了，对生活充满了信心。“现在瘦下来心情好了，也不用再看别人

异样的眼光。”说着自己手术前后的巨大反差，龙女士眼中满是欣喜。

李胜表示，手术只是龙女士康复路上的第一步，术后还需要健康的饮食和科学的运动共同作用，才能达到效果。除了继续在饮食进行严格管理，龙女士可以尝试跳绳等适度健身辅助手段，在持续减重的同时提高心肺功能，达到健康减重的目的。

什么是腹腔镜袖状胃减容术？李胜介绍，它是一种手术减重方式，通常以微创腹腔镜技术完成，对人体损伤小，恢复快，效果显著。袖状胃减容术并不是一项美容手术或吸脂手术，而是通过腹腔镜微创技术把患者的胃按一定比例缩小，减少胃容量，减轻食欲，术后患者对食物的欲望降低，吃一点就有饱腹感，减少了身体对食物的吸收，因此不仅能减重瘦身，同时可治疗因肥胖而引起的多种代谢性疾病。

肥胖会引发一系列代谢紊乱，如糖尿病、高血脂、高血压、脂肪肝、睡眠呼吸暂停综合征、脂源性胰腺炎等疾病，并与多种癌症的发生密切相关。李胜提醒，体重超标者应及时干预，特别是发展成为重度肥胖的患者，应及早到医院就诊。



▲术前的龙女士。

▲术后的龙女士。

## 健康周刊

### 喝药不慎也酒驾 驾驶员用药一定要注意成分

喝药不慎也酒驾？据广州市中级人民法院消息，近日，广州男子因身体原因长期服用藿香正气水，在知悉药品内含酒精的情况下，事发当天，一次性服用藿香正气水6只，其后开车在广州106国道上行驶时碰撞防护墙发生交通事故，经鉴定，从其血液中检出酒精成分，含量为167.7毫克/100毫升，经道路交通事故责任认定，该男子承担此事故的全部责任；经广州法院经一、二审，判决该男子犯危险驾驶罪，判处拘役一个月。

#### 驾驶员出行：服药须谨慎

根据藿香正气水包装盒上的说明，藿香正气水辅料为乙醇(酒精)，藿香正气水内含有40%~50%的乙醇，说明书上写明“服用后不得驾驶机动车、车、船，从事高空作业、机械作业及操作精密仪器”的字样。

因此，广大驾驶员，在驾驶机动车前，不能喝含有酒精成分的饮料和药物。驾驶员应该多加留意其外包装上的标签和实物说明。

对于一些确需服用藿香正气水的驾驶员，可以考虑使用不含

酒精的藿香正气口服液。因制作工艺不同，藿香正气口服液没有乙醇成分。

#### 购药服药前请先看药品说明书

那么藿香正气水与藿香正气口服液有什么区别呢？根据中国《药典》，藿香正气口服液与藿香正气水是两重完全不同的药，工艺不同、剂型不同、名字不同。藿香正气水，采用传统的生产工艺制作，成品含高浓度酒精，属于中成药剂型里面的“酊剂”。

所谓酊剂就是用高浓度酒精直接处理药材得来的液体制剂，成品药里含大量酒精。所以看见药店里药品名称里带有“×××××水”字样的中成药，需要注意查看说明书，确认其成分是否含酒精。

藿香正气口服液，属于中成药里面的“口服液”剂型。所谓口服液是以中药汤剂为基础，采用现代工艺提取药物中有效成分而成的口服液体制剂。

消费者购药服药前一定要看清药品说明书，如有不明之处，建议咨询专业医生或去医院就医。

(人民网)

### 高血压患者为啥会脚肿

汪芳

蔡先生今年56岁，因头晕胸闷到医院检查，最终确诊为高血压，后遵医嘱吃降压药，饮食上也有注意。最近一段时间，他晚上睡觉前发现脚肿，用手压会有坑，开始以为是白天走路多导致，于是减少走路，以居家休息为主，结果依然有脚肿的情况。

医生检查后发现，蔡先生的肾脏非常健康，其他器官也没有任何异常。后经仔细询问，才找到了真相。原来，他服用的是地平类降压药(硝苯地平)，虽然血压控制得非常好，但其副作用就是脚肿。

地平类降压药在临床中应用非常广泛，非常适合老年高血压患者，降压的同时还能起到抗动脉粥样硬化的作用。地平类降压药物是一个“大家族”，其成员非常多，如硝苯地平、苯磺酸左旋氨氯地平、非洛地平。

地平类降压药本质上为钙通道阻滞剂，即通过阻止钙离子进入血管平滑肌细胞，使血管得到扩张，达到降低血压的效果。多年的临床研究和用药评价显示，地平类降压药没有绝对禁忌证，安全性是比较高的。但是，无论一种药物多么有效，难免都有或多或少的副作用，地平类降压药

常见的副作用就是脚肿。脚肿并非药物破坏了组织或攻击了其他器官，而是其药理作用所固有的。地平类降压药对小动脉扩张效果非常好，但是对小静脉和毛细血管的扩张作用很有限，因而可能导致体液淤积。而人在白天站立活动，受重力影响体液容易在下肢淤积，到了晚上人躺下后下肢回流压力减小，水肿就会慢慢消退，所以就出现了“晚上脚肿，早晨复原”的情形。

脚肿会不会引起不良后果呢？通常是不会的，因为地平类降压药引起的水肿多发生在用药初期，往往能够自行消失。如果脚肿的程度不重，就不需要理会，可以继续服药。如果肿胀明显，影响了日常生活，可以考虑换成其他种类降压药或联合用药。

高血压患者出现脚肿，可以吃利尿剂吗？一般来说，心衰、肾衰导致的水肿源于体内血容量增多，利尿剂可以帮助减少血容量，达到消肿的目的。而地平类降压药并不会引起血容量增加，所以不建议服用利尿剂。当然，除了脚肿的因素，老年高血压及肥胖高血压患者等也可以考虑加用利尿剂降压。服用地平类降压药的患者，白天要注意避免长时间站立，卧床休息时尽量把双腿垫高，促进下肢的静脉血液回流，以缓解水肿。