

# 大爷一餐能喝三斤黄酒 门静脉血栓找上门

家住绍兴市的李大爷有着好酒量，一餐能喝三斤以上的黄酒。但由于多年的过量饮酒习惯引发了身体的大问题。

近日，今年60岁的李大爷突然感觉腹部一阵阵疼痛，非常难受，一开始他以为是吃了不干净的东西引起胃痛，到医院消化内科就诊，可吃了药疼痛症状也没有丝毫缓解，而且腹胀、疼痛从局部扩大到整个腹部，令他坐立难安。

李大爷捂着肚子在家人的陪伴下来到绍兴市人民医院急诊科就诊。医生通过按压李大爷的肚子，发现李大爷有明显的按压疼痛，范围较大，立即安排了CT检查，检查提示：李大爷为门静脉血栓，而且腹腔内还有大量血性腹水。没过多久，李大爷还出现了腹部剧痛、尿血等症状，加之李大爷之前有肝硬化病史，情况不容乐观。

血管外科唐黎明主任在得知情况后立即为李大爷诊治，经过仔细检查分析，他发现李大爷情况危急，救治要同时兼顾到两方面。一方面，门静脉血栓形成后，导致李大爷出现腹痛、肠道肿胀以及脾脏肿大等一系列并发症，而且腹部出血，要马上疏通门静脉，否则就会危及生命；另一方面，如果不及时止住腹腔内的出血，病人也会因大出血出现生命危险。

唐黎明说，经过和李大爷及其家属充分沟通，决定为患者进行抗凝治疗。抗凝治疗可以为闭塞的血管疏通，降低门静脉压



图片来自网络

力，减少消化道静脉曲张出血、腹水加重，但同时，抗凝治疗也会加剧病人的腹腔出血，非常的矛盾，医生要在夹缝中寻求一个平衡点，对于医生来说是个考验。

好在经过医生的悉心治疗，第三天李大爷就感觉舒服多了，他腹部的大出血止住了，肚子也明显小了下去，血管也逐步疏通。

唐黎明告诉记者，在过去门静脉血栓是非常少见的，但近年来发病率逐渐高了起来，这和人们不健康的生活方式有关。近段时间就接诊了两例门静脉血栓的病例，除了李大爷，还有一例因本身有肝癌，病情严重，最终没能抢救过来。而且门静脉血栓不容易查到，会被一些医生误诊成其他疾病，从而耽误了抢救时机。

唐黎明说，要避免患门静脉

血栓，在预防“三高”的同时，对早期肝硬化的防治也非常重要。如果出现腹痛，千万不要硬挺，需及时去医院就诊。平时饮酒要适量，长期、大量饮用高浓度酒，甚至嗜酒、酗酒的人也会导致肝硬化，出现消化道大出血。

多参加体育运动，促进血液循环加速，这样血液的黏稠度就会降低，不容易形成血栓。唐黎明建议，可以进行打太极、骑自行车、慢跑、游泳等运动；另外还要注意饮食。控制糖类食品摄入量，因为糖分在体内可以转化为脂肪，使得血液黏稠度增加，容易出现血栓。想要预防血栓，大家还需要养成多喝水的习惯，特别是晚上睡觉一杯水，这样有助于血液循环，降低血液黏稠度。

(全媒体记者 沈潇)

## [双下沉两提升] 专家出诊信息

### 杭州专家 坐诊第二医院

本周六，来自浙大一院、浙大二院、浙江大学医学院附属妇产科医院的6位专家将坐诊绍兴第二医院医共体总院(绍兴第二医院)。

**浙大一院：**泌尿外科：由罗金旦主任医师坐诊；病理科：由任国平主任医师坐诊；病理科：由王丽君主任医师坐诊(9月24日上午)。

**浙大二院：**风湿免疫：由薛静主任医师坐诊；眼科：由杜新华主任医师坐诊(9月23日下午)。

**浙江大学医学院附属妇产科医院：**妇科：由谢臻蔚主任医师坐诊。

预约电话：88053700

绍医广(3)【2021】第09-13-01号

### 上海杭州专家 坐诊中心医院

本周，来自上海杭州著名医院的专家团队将坐诊绍兴市中心医院。

**周四：**神经外科：由浙大二院刘伟国主任医师坐诊。

**周五：**小儿神经内科：由浙大儿院高峰主任医师坐诊。

**周六：**小儿科：由上海儿童医学中心殷勇主任医师坐诊；肾内科：由上海曙光医院叶朝阳主任医师坐诊；中西医结合肿瘤科(肿瘤微创治疗科)：由上海肿瘤医院陈颢主任医师坐诊；病理科：由浙大二院李金范副主任医师坐诊。

**周日：**胸外科：由上海市第一人民医院范江主任医师坐诊。

预约电话：85581000

绍医广(3)【2021】第09-15-02号

### 上海杭州专家 坐诊妇保院

本周，上海儿中心、邵逸夫医院、省儿保院、省妇保院、省肿瘤医院、绍兴市妇保院、绍兴第二医院的专家将坐诊柯桥区妇保院。

**儿童门诊：**由上海儿中心周云芳主任医师坐诊(9月18日上午)；**乳腺外科：**由邵逸夫医院胡文献副主任医师坐诊(9月18日上午)；**妇科：**由省妇保院胡东晓主任医师坐诊(9月18日上午)；**妇科：**由省肿瘤医院陈曦副主任医师坐诊(9月19日上午)；**围绝经期门诊：**由绍兴市妇保院赵霞副主任医师坐诊(每周日全天)；**妇科：**由绍兴第二医院俞小英主任医师坐诊(每周六上午)；**中医科：**由陈敏之每周四上午坐诊。

**省儿保院：**儿童外科：由茹伟副主任医师坐诊(9月18日上午)；**新生儿高危门诊：**由陈建惠副主任医师坐诊(每周日上午)；

预约电话：85028228

(绍)医广(3)【2021】第9-14-04号

## 中医护眼办法多

眼睛十分重要，中医有很多办法施以保护。

**可运睛。**具体做法是：早晨醒后，先闭目，眼球从右向左，从左向右，各旋转10次；然后睁目坐定，用眼睛依次看左右，左上角、右上角、左下角、右下角，反复四五次；晚上睡觉前，先睁目运睛，后闭目运睛各10次左右。

**可远眺。**在清晨、休息或夜间，有选择地望远山、树木、草原、蓝天、白云、明月、星空等。还可进行眨眼、虎视、瞪目、顾盼等。

**熨目。**具体做法是：双手掌面摩擦至热，在睁目时，两手掌分别按在两目上，使其热气煦熨两目珠，稍冷再摩再熨，如此反复3—5遍，每天可做数次，有温通阳气，明目提神的作用。

**可捏眦。**即闭气后用手捏按两目之四角，直至微感闷气时即可换气结束，连续作3—5遍，每日可做多次。

**可点按穴位。**用食指指肚或大拇指背第一关节的曲骨，点按丝竹空、鱼腰，或攒竹、四白、太阳穴等，

手法由轻到重，以有明显的酸胀感为准，然后再轻揉抚摩几次。此法有健目明目，治疗目疾的作用。

历代养生家还主张“目不久视”“目不妄视”，因为久视、妄视耗血伤神。当视力出现疲劳时，可排除杂念，全身自然放松，闭目静坐3—5分钟。

一般而言，多吃蔬菜、水果、胡萝卜、动物的肝脏，或适当用些鱼肝油，对视力有一定保护作用，忌贪食膏粱厚味及辛辣大热之品。

(据人民网)