

消化内科医生梁洪亮特别提醒：

50岁以上人群要定期到医院做内镜检查



文/图 本报记者 吕晓磊

11月8日上午,按照约定好的采访时间,记者来到聊城市人民医院脑科医院内镜中心,门口的护士招呼记者:“不好意思,临时有位患者找梁主任做内镜检查,您稍等一下吧。”大约30分钟后,身着绿色工作服的梁洪亮从内镜室走了出来。

梁洪亮是聊城市人民医院脑科医

院消化内科副主任、副主任医师,也是一位医学博士,还是山东省医学会消化病学分会胰腺学组委员、山东省医学会消化病介入诊疗分会ERCP学组委员、山东省抗癌协会肿瘤心理学分会常务委员,但他总喜欢用“消化内科医生”来介绍自己。

梁洪亮胆大心细、技术高超,擅长慢性胃炎、溃疡性结肠炎、功能性胃肠

病、消化道肿瘤、急性胰腺炎、肝硬化、胆石症等疾病的治疗,尤其擅长于消化道早癌的内镜下诊断与治疗、内镜下逆行性胰胆管造影术(ERCP)治疗胆总管结石及梗阻性黄疸。

10月17日,梁洪亮成功用POEM手术为73岁的周素荣(化名)解除了多年的旧疾,这也是聊城市人民医院脑科医院成功开展的第一例POEM手术。

周素荣有帕金森病史5年,大约2年前开始出现吞咽困难的症状,一直按胃炎进行药物治疗,辗转多家医院后确诊为贲门失弛缓症。贲门失弛缓症是一种非常罕见的疾病,年发病率为每10万人1例。患者常常会有吞咽困难、胸痛等症状,不能正常进食,严重影响生活质量。对于这种疾病,以往大多需要进行药物治疗、开胸手术或胸腔镜手术。

找到梁洪亮时,在多年病痛的折磨下,周素荣的体重已经不到40公斤。考虑到周素荣年龄偏大、有基础疾病,并且长时间进食困难,已经出现营养不良、贫血、体重明显下降的症状,体质较差,根本不能耐受外科手术,梁洪亮和周素荣及其家属商量用POEM手术进行治疗。“POEM是一种通过隧道内镜技术进行肌切开的内镜微创新技术,无须开胸,手术全程均在无痛状态下通过胃镜进行操作,手术时间短、创伤小,患者恢复快。”梁洪亮说,目前POEM手术已成为贲门失弛缓症的首选治疗方法。

先进的治疗方法不仅考验着医生的经验、技术,也考验着医生操作的精准度和稳定性。食管内黏膜的剥离,交错分布的血管网络……刀起刀落只在毫厘之间。

术后第二天,周素荣即能进食流食,这对于一名贲门失弛缓症患者来说,非常重要。手术顺利完成、病人恢复健康,在梁洪亮看来,没有什么比这更令人高兴了。而医生这个职业带给他的成就感,也是他坚持下去的最大动力。

在我国,消化道肿瘤的发病率较高。早期胃癌的治愈率可达95%以上,中晚期胃癌治愈率则低于50%。“所以大家一定要定期进行内镜检查。”梁洪亮说,随着现代医学技术的发展,内镜作为医生眼、手的延伸,已经达到了“无孔不入”的境界,能有效地将很多疾病的治疗前移,“发现一例早癌,挽救一个生命,幸福一个家庭”。梁洪亮还特别提醒,50岁以上及抽烟喝酒的人群要定期到医院做内镜检查。“另外,幽门螺杆菌感染者和家族有肿瘤病史的人群,更需要重视内镜检查。”梁洪亮说。

2007年,梁洪亮成为一名医生,从业十几年,无论是工作日还是休息日,他都会到病房里转一转,这是他多年养成的习惯。“万一病人有什么情况呢?过来看看心里踏实。”梁洪亮说。半夜帮患者取出卡在食管里的异物,大年三十抢救化脓性胆管炎患者,对梁洪亮来说,他的生活在内镜室里、在门诊室内、在手术台上。

采访结束时,又一名患者慕名找到梁洪亮做内镜检查。“1个小时后还有一台手术。”护士提醒梁洪亮。梁洪亮对这种随时要进入内镜室或者手术室的工作状态早就习以为常。“医生要随时待命,对一名医生来说,病人的利益高于一切。”梁洪亮说。

做一个有界限感的人

心灵甘露

口述:心理健康服务中心心理咨询师 张晓嵩

整理:吕晓磊

界限感是人际关系中一种非常重要的感觉和尺度。有界限感的人在人际交往中通常会更易相处。

什么是界限感,它是如何产生的,它对我们有什么作用,我们该如何做到有界限感?

界限感指对界限的判定或重视程度。当一个人欠缺边界感,他可能会无意识地常常把自己的事托付给他人,邀请他人跨入自己的界限,或把自己的意愿强加于人,强行跨入他人的边界内。

过年家庭聚会,气氛渐入佳境之时,亲戚们往往会向年轻人进行“灵魂拷问”。比如,在哪工作、收入怎么样、找对象没有、准备什么时候结婚……每个问题都让人手足无措。不管是什么样的回答,等来的永远是“这样不行啊,你应该……”这就是典型的没有界限感。

拥有界限感才能让自己不在社交过程中受伤害,才不会让他人打着关心的名义冒犯自己、伤害自己。为自己建立一个明确的界限是对自己的一种保护。同时,界限感也能让我们在人际交往中避免伤及他人。

如何做到有界限感呢?设定边界,就是对你不想做的事情说“不”,并且无须解释。不过度解释是设定边界的关键,因为每个人都有权决定他们做什么,以及不做什么。

很多人无法拒绝别人,守不住界

限,就是因为内心有恐惧、有所求。恐惧是因为害怕自己会陷入无依无靠、孤立无援的境地,会担心如果拒绝了别人,别人就会不喜欢自己、排斥自己,当自己需要帮助时,就不会有人帮自己了。而你对群体的需求是:自己落难时,有人支持,有人帮助。当你发现你所恐惧的事情其实并不会发生,或是你的需求可以通过其他方式来满足时,你也就有了底气树立自己的界限了。又或者,当你觉察到自己的恐惧和需求后,发现自己还是无法拒绝,这时,你需要清楚地看到,这是你为了得到某些东西而做出的选择,而不是你被逼无奈、身不由己。虽然两者结果一样,但是前者让人感觉更有力量、更有掌控感,是对自己负责的表现。

虽然设定边界很重要,但尊重他人

为重是双向的,欣赏并尊重他人的边界与为自己设定边界一样重要。

值得一提的是,亲属、情侣等亲密关系中更需要边界。即便是情侣、夫妻,也会有想要独处的时候;父母进入孩子的卧室时也要敲门,而孩子更不希望父母随意翻看他们的东西。所以,有句话说“亲兄弟,明算账”,可见在家庭中,建立界限感也是很有必要的。

中国人崇尚以和为贵,当遇到冲突时,为了不把矛盾扩大,常会选择忍气吞声。但这种做法,又常会助长别人不断侵犯自己的界限。所以,遇到冲突时,不要总想着“以和为贵”,有时候要敢于做个勇于说“不”的人,这时你不但能更好地保护自己,也会得到更多的尊重。

远而不疏是种能力,近而不狎是种智慧,划定好自己的边界,同时不踩过他人的边界,这是一种素养。