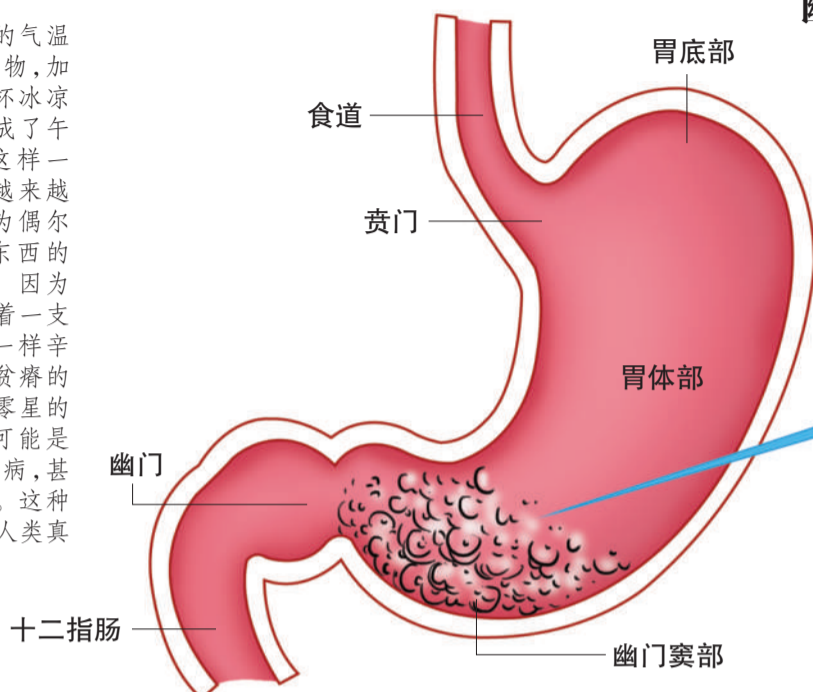


# 反复胃疼别放过幽门螺杆菌

最近北京居高不下的气温让人们更加偏好生冷食物,加之最近欧洲杯热播,一杯冰凉的生啤再加上烤串几乎成了午夜看球的标配。但是这样一来,肠胃不适的情况也越来越多。不过,如果你还认为偶尔的胃疼仅仅是吃坏了东西的话,那可能真是想错了。因为在你的胃里可能正驻扎着一支细菌大军,像开荒部队一样辛勤地开垦着胃黏膜这片贫瘠的土地。也许刚开始只是零星的胃痛,但随之而来的就可能是各种绵延不愈的胃部疾病,甚至还有罹患胃癌的风险。这种细菌就是在1983年才被人类真正认识的幽门螺杆菌。



幽门螺杆菌引起胃溃疡示意图



幽门螺杆菌

新京报制图/师春雷

## ■ 幽门螺杆菌——唯一能在胃部生存的细菌

认识你

北京武警总医院消化内科副主任医师李燕表示,幽门螺杆菌(也称为幽门螺旋杆菌)是一种对生长条件要求非常严格的细菌,因为胃部的环境适合其生长,所以多定植在胃部,也是目前所知的唯一一种可以在胃部生存的微生物。从目前的研究发现,幽门螺杆菌感染率非常高,大约40%的人都携带有幽门螺杆菌。而幽门螺杆菌在人体的胃部定植可能会引起一些疾病,也有可能一辈子不出现胃部疾病,和人类相安无事。如果有胃部疾病的表现,比如胃痛、胃胀、泛酸等表现,都可能是因为感染细菌引发的胃部疾病。幽门螺杆菌会诱发胃泌素大量分泌,导致胃酸过多,表现为泛酸和烧心。一般由细菌导致的胃病和其它的无菌性的胃病相比有一定特点,往往较为顽固久治不愈,而且使用一些抗生素后会有好转。另外幽门螺杆菌还可以在牙菌斑里生长,使得感染者口腔出现异味,即使刷牙清洁以后还不能消除,这就可能是胃部感染了幽门螺杆菌。

【治疗】

## 幽门螺杆菌不容易彻底治愈

海军总医院消化内科副主任医师刘景表示,幽门螺杆菌的携带人群比较多,这和细菌传播的模式有关。幽门螺杆菌感染的途径是口对口(比如共用餐具)、排泄物对口(比如被污染的食物)。如果一个家庭中有一人感染了幽门螺杆菌,其它家庭成员也非常容易被感染。而在同一个家庭的成员身上往往会发现相同的幽门螺杆菌。另外幽门螺杆菌的感染往往是少量多次接触造成的,比如通过餐具的传播,往往是每天都在进行。这些因素使得幽门螺杆菌传播比较广泛,而且也不容易彻底治愈。

如果检查出感染了幽门

螺杆菌,那是不是应该进行治疗呢?刘景表示,很多感染幽门螺杆菌的人本身并没有胃部的疾病,或者仅仅只是有腹胀和其它一些上腹部的不适,这类人群是否需要针对幽门螺杆菌进行治疗还存在争议。

因为目前发现和幽门螺杆菌有直接关系的胃部疾病有消化性胃溃疡和部分胃炎,这些情况一定要治疗。而其他一些胃部疾病并不是直接和幽门螺杆菌有关,这部分患者是否治疗还没有统一的要求,往往取决于患者的意愿。不过由于目前证明有幽门螺杆菌可能增加胃癌的风险,所以对于胃癌的高风险人群,比如家族有胃癌病史,还是应该

积极治疗。

那么对于没有胃癌高危因素的人群,感染幽门螺杆菌是不是很容易得胃癌呢?刘景表示,目前研究表明幽门螺杆菌感染确实与胃癌的发生有密切的关系,被认为是胃癌的一类致病因素。但是从流行病学统计上来看,感染幽门螺杆菌的人群非常多,但是真正患胃癌的人却并不是很多。这说明并非只要感染了幽门螺杆菌就一定会得胃癌,胃癌与患者自身的遗传背景、易感体质等有一定的关系。“可以说,幽门螺杆菌只是胃癌的基础,在这个基础上还需要其它更加直接的诱发因素。”

【预防和测试】

## 仔细刷牙可减少进餐时感染风险

幽门螺杆菌可以通过口对口传播,这使得细菌比较容易在人群中传播。李燕表示,只要注意生活中的卫生习惯,就可以减少菌株的传播。在生活中应该注意下面这些问题:第一,餐前洗手。幽门螺杆菌可以通过口对口传播,也可以是因为食品被菌株污染。所以在进食的时候,要保证手部的清洁。生吃瓜果时洗净、去皮,这都是直接影响幽门螺杆菌能否被带入体

内的关键环节;第二,少吃生肉制品。很多人喜欢吃生肉,或者没有完全煮熟的食品,比如在涮火锅时肉片还没有烫熟就吃。这些做法都大大增加了病从口入的机会;第三,认真刷牙。幽门螺杆菌可以在牙菌斑和龋齿上生长繁殖,而进食的时候细菌可能从牙菌斑上随着食物进入体内。因此可能胃部的细菌得到控制,却又因为口腔中的细菌而再次感染。

## 呼气实验需要空腹进行

李燕表示,幽门螺杆菌的检查可以有两种,一种是侵入性的,是在胃镜下取一块黏膜组织进行细菌培养鉴定、尿素酶或病理检测。这种检查多是在医院需要进行病理分析的时候,胃痛的病人在做胃镜的时候可以添加这一项目。另外一种非侵入性的包括碳13、碳14尿素呼气实验、血清抗体筛查以及粪便抗原检测。非侵入性的则是在体检中

比较常见,尤其是呼气实验,因为操作比较简单所以在体检机构中使用比较多。通常进行侵入性检查再配合一项非侵入性检查结果会更加准确。另外需要注意的是,在进行呼气实验的时候还有一些条件的限制,比如检查时要空腹进行,必须保证检查前四周没有服用过抗生素。不然可能会因为菌群数量不够影响到检查的结果。

## 单独使用抗生素治疗效果只有20%

刘景表示,治疗幽门螺杆菌的目标是清除体内的菌株,并且降低复发的几率。但是幽门螺杆菌本身的生存能力比较强,如果没有采用正确的治疗方法,很容易导致菌株残留,引起复发。目前国际上公认的较为成熟的治疗方案为“三联疗法”,即质子泵抑制剂加两种抗生

素,或铋剂加两种抗生素。选择抗生素也要进行细菌培养实验,确定菌株敏感的抗生素,治疗周期一般为一周或者两周。

按照正规的疗法治疗,大多数的感染者体内的菌株都可以被清除。但是有部分患者在非专科医生那里,只用单一的抗生素进行治疗,

结果只有20%左右的疗效。而且再用“三联疗法”时由于对抗生素产生了耐药性,致使治愈难度加大。还有的患者在体检时发现感染了幽门螺杆菌后,不看专科医生,自作主张到药店买药,不论有无症状,都杀菌治疗,这样不规范的治疗会引起体内耐药性菌株增多。

D03-D04版采写/新京报记者 贺潇

(下转D04版)