



出门在外,经常会聚餐,不免要互相吃到“口水”。对此,大家常常会说很不卫生,但背后到底有哪些风险?幽门螺杆菌传染可能就是其中一种。近日,南京白领孙小姐在体检中就发现自己“幽门螺杆菌”超标。体检医生表示,这可能与她常常在外集体就餐有关。更令她感到震惊的是,一个办公室8个小伙伴,竟有4个都查出了幽门螺杆菌“超标”。这是怎么回事?

办公室一半人幽门螺杆菌超标

或是聚餐惹的祸

案例

一个办公室8人,4个人“中招”
可能与常在外集体就餐有关

“这是医生开给我的药,要连吃14天,接着还要再去医院复查。我们在外面吃饭比较多,可以的话,你最好也去查一下。”这是南京白领孙小姐近日给多位好友的一段微信留言。与留言一同发过来的,还有满满一袋药品的照片。原来,在近期单位组织的体检中,孙小姐被查出“幽门螺杆菌”超标。

孙小姐告诉记者,以前单位的体检项目中并没有幽门螺杆菌的检查项目。考虑到单位大部分人在外用餐,此次特意新增了筛查幽门螺杆菌的“碳14”体检项目。但没想到,自己此前闻所未闻的指标,会出现超标。“平常我会有胀气、胃痛的情况,当时想的是可能饮食不规律,没想到罪魁祸首是幽门螺杆菌超标。”

体检报告上写着“幽门螺杆菌呈‘阳性’”,且建议孙小姐进行复查。“完全不知道是什么时候感染上的,但我查了一下,说幽门螺杆菌如果不好好治疗,可能发展为胃炎、胃溃疡甚至胃癌。”拿到体检报告的孙小姐很担心,第二天便赶快到医院进行复查。“医生给我开了四种药,说要吃上14天,然后停药一个月后再去复诊。”孙小姐说,医生表示如按照治疗要求准时服药,大部分人幽门螺杆菌超标的情况会得到改善或根治。

令人吃惊的是,孙小姐办公室里共有8个人,竟然有4人“中招”。孙小姐和同事们是如何感染上幽门螺杆菌的呢?孙小姐告诉记者,复诊医生在询问了她日常饮食习惯后,表示可能与在外集体就餐有关,比如共用餐具、飞沫传染等。

专家

确实是病从口入
我国整体人群感染率将近50%

对于年轻白领忙于工作,因集体就餐、聚餐等原因感染幽门螺杆菌的情况,南京市第一医院消化内科主任医师张军也表示认同。

“日常生活中,大家常有在外聚餐的饮食习惯,导致幽门螺杆菌的感染率比较高。”张军告诉记者,“这种细菌百分之百是吃进去的,因为人们聚餐形式多,导致交叉感染。”据了解,中国整体人群感染幽门螺杆菌的

幽门螺杆菌

幽门螺杆菌,是定植于人类胃黏膜的一种螺旋样杆菌,可以引起胃癌和胃黏膜相关淋巴组织淋巴瘤的发生,被世界卫生组织明确列为Ⅰ类致癌物。人是幽门螺杆菌的唯一传染源,幽门螺杆菌主要藏在胃里,但唾液、牙菌斑、粪便里也会存在。



检测报告单及医生开的药方(孙小姐供图)

比例将近50%,目前很多体检机构已经将幽门螺杆菌检测项目纳入体检。

张军表示,通常情况下,只有密切用餐接触,才会导致感染概率增高。有研究发现,在家庭里,幽门螺杆菌聚集的情况也比较多。如果家里丈夫感染了幽门螺杆菌,那么妻子感染细菌的几率就比别人高得多,甚至家里其他人也可能感染。除了吃饭,家人的密切接触也会导致感染幽门螺杆菌的几率比较大。“但是如果是普通接触,例如吃一次饭就感染上幽门螺杆菌,这种可能也存在,但几率不高。”

据悉,幽门螺杆菌主要存在于胃里面,但可以通过唾液传播。张军表示,如果同事之间长时间一起吃饭,没有分餐,其中一人感染该细菌的话,其他人感染的概率会大大增加。

释疑

1. 感染幽门螺杆菌,一定会得胃癌吗?

● 不一定,但要警惕发展成胃癌的风险

很多人之所以谈起幽门螺杆菌“色变”,是因为其是胃癌的致病因子之一。根据世界卫生组织国际癌症研究机构公布的致癌物清单,幽门螺杆菌(感染)在一类致癌物清单中。幽门螺杆菌相关性胃病包括由幽门螺杆菌感染引起的胃炎、消化性溃疡、黏膜相关淋巴组织淋巴瘤等。

对此,张军也表示,科学实验已经证实,幽门螺杆菌会导致胃癌。“虽然被证实,但是并不是感染幽门螺杆菌,就一定会患胃癌。”他解释,如果

感染幽门螺杆菌,最开始可能演变为慢性浅表性胃炎、萎缩性胃炎,在此基础上,个别人会出现胃黏膜异型增生,可能会发展成胃癌,但是这种可能还是比较低的。尽管比较低,但一旦变成胃癌,结局很可怕,所以还是需要根除幽门螺杆菌,这样就能掐断由幽门螺杆菌导致胃癌的可能。

2. 一旦确诊幽门螺杆菌感染,需要治疗吗?

● 自发清除不可能,这三种情况要留心

那么,身体患有哪些情况必须根除呢?张军列出了三种情形。第一,如果在生活中有反复的胃炎,经常不舒服,还患有幽门螺杆菌,这个时候就必须根除。第二,如果有消化性溃疡,也应该根除该细菌。第三,如果有胃黏膜相关性淋巴组织淋巴瘤,也要根除。如果没有任何症状,但是在体检之中发现感染了幽门螺杆菌,可以做胃镜检查,根据检查结果再做决定。不过他认为,只要发现感染幽门螺杆菌,最好还是根除,因为其自发性清除是不可能的。

幽门螺杆菌感染咋筛查?现在最快速、有效的方法,就是碳13、碳14尿素呼气试验法。碳13和碳14检查方式也很简单,吹口气就能完成。这种检测无痛苦、灵敏度高、检出率和符合率高,是近年来很受欢迎的一种检测幽门螺杆菌的方法。

3. 如何预防幽门螺杆菌?

● 日常就餐建议分餐制,最好使用公筷

张军建议,在日常生活中,最好使用公筷,形成分餐制。没有感染幽门螺杆菌的孩子,中年以后患胃癌的几率比较低。对于带孩子的家长来说,在喂养孩子的时候,不要自己先接触食物,避免交叉感染。

一定要注意个人卫生,尤其是手的卫生,吃饭之前一定要洗手。

据张军介绍,来医院咨询的患者中,中青年比较多,他们更注意这一问题,也会督促家里老人来医院检查。但是,张军表示,14岁以下的孩子不建议检查。对于14岁以下的孩子来说,他们的免疫系统还不够完善,可能会反复感染,若使用太多抗生素对身体并不好。14岁之后,如果发现感染幽门螺杆菌,只要在20岁之前根除,就能起到预防幽门螺杆菌引起胃癌的风险。

现代快报12月25日报道