

吃柿子吃出结石，开药方开出可乐

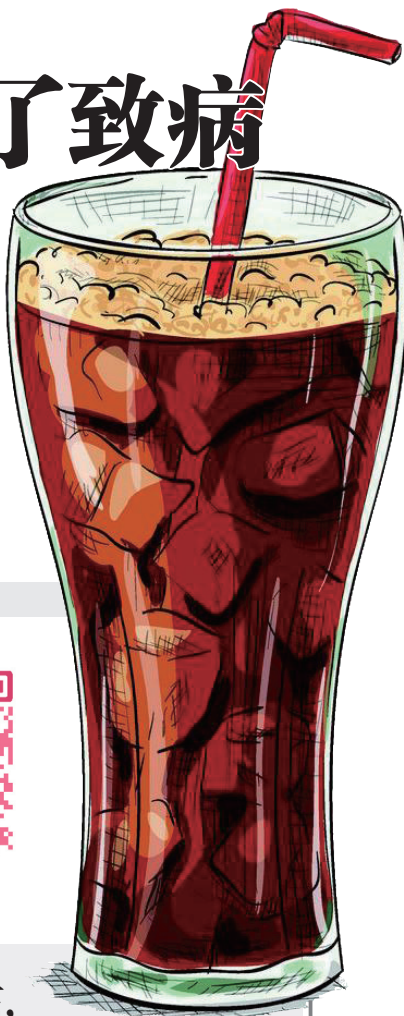
可乐入药 喝对了治病，喝错了致病

文、图：今日女报/凤凰网记者 李诗韵 通讯员 周蓉荣 刘莉

关于可乐的传言，我们听过很多。有人说，它是洗马桶的“洁厕剂”；也有人说，它是去污渍的“洗洁精”，还有人说，它是杀蟑螂的“杀虫剂”……更有国外媒体将可乐放在“世界十大垃圾食品”榜首。

然而，因为高糖高热量而被现在的年轻人戏称为“快乐肥宅水”的可乐真的百害而无一利吗？近日，湖南省人民医院消化内科就发生了一个这样的故事——医生借助几瓶可乐，轻松帮身患胃结石的79岁老大爷化解了“结石之痛”。

当然，不止是结石，“可乐入药”还有着一些你意想不到的疗效呢！



扫一扫，分享健康知识

求诊 >>

可乐治结石？医生说“是真的”

最近，湖南省人民医院消化科收治了一名胃结石患者。79岁的熊爷爷身体一直很健康，但是上个月差点上了手术台——吃了儿子送的一大袋柿饼后，熊爷爷觉得胃部不适，后来症状越来越重，家人赶紧带他到医院检查。

消化科专家接诊后，详细询问了熊爷爷的病史和最近饮食，当得知他吃了柿饼后，专家怀疑是胃结石，胃镜结果证实了专家的推测。常规的胃结

石，医生可以在胃镜下取石，但熊爷爷胃里的石头很大并且很坚硬，胃镜下只能取出部分结石，那么余下来的石头怎么办，难道真的只能进行外科手术吗？

该院消化科主任看过病人后，开了一副特别的处方——每天睡前喝一瓶可乐，连喝三天。

就这样，老大爷喝起了年轻人喜爱的可乐。第七天胃镜复查时，胃里的石头真的不见了！

求证 >>

除了治结石，可乐还有哪些功效



陈露：湖南省第二人民医院消化内科专家

柠檬可乐治感冒？

“听过喝姜汤能治感冒，很多人却不知可乐也有缓解感冒的效果。”湖南省第二人民医院消化内科专家陈露介绍，可乐含有咖啡因，其对中枢神经有明显刺激作用，可以促进血管循环、扩张血管，使得血液流通。所以，饮用可乐可以减缓感冒导致的虚弱乏力、全身酸痛等症状，但并不代表真正治愈感冒。



喝可乐治腹泻？

“有儿科医生会建议腹泻的孩子喝一点放气的可乐。”陈露说，因此很多家长认为喝可乐能够治疗腹泻。实际上，可乐对腹泻儿童的作用来源于其含有丰富的电解质。孩子多次腹泻后容易脱水，水分大量流失导致体内电解质紊乱，而电解质紊乱包括低钠、低钾、低钙等，如不能有效补充，不仅疾病无法恢复，还会增加孩子的痛苦，如低钾会造成顽固性腹胀，低钙会导致手足抽搐等。这时喝一些放气的可乐，既能及时补充电解质，又不会因可乐中自带的碳酸导致孩子肠胃损伤。

门诊 >>

植物性胃石最怕可乐

“可乐治疗胃结石，是有医学根据的。”湖南省人民医院消化内科专家蔡华介绍，导致胃石症最常见的原因是食用了不成熟的柿子、枣子，形成了“植物性胃石”，因为柿子里含有丰富的鞣酸、果胶和纤维素，鞣酸在胃酸的作用下与蛋白质结合，形成鞣酸蛋白沉淀在胃内。而可乐是碱性的碳酸饮料，能中和胃酸，它能使小的胃结石变软或变小，随着胃的蠕动经幽门排解掉。

但是得了植物性胃结石又不能随便喝可乐，

因为胃结石在胃里四处滚动，常常损伤胃壁，造成胃溃疡，而碳酸饮料又恰恰是胃溃疡的禁忌，大口喝下去很容易造成胃穿孔。一旦胃穿孔，将不得不进行胃切除。因此，这类治疗必须在医生监督下进行，否则后果难料。

蔡华提醒，可乐中含有糖、碳酸水、焦糖、磷酸、咖啡因等，并不适合糖尿病患者、胃溃疡和十二指肠溃疡患者、痛风患者。另外，多喝可乐还会导致骨质疏松。



链接 >>

想吃柿子又怕结石？这有正确“姿势”

1. 最好不要空腹吃柿子。柿子含有大量鞣质，在空腹情况下，它们会在胃酸的作用下形成大小不等的硬块，如果这些硬块不能通过胃幽门到达小肠，就会沉淀在胃里，逐渐形成结石。如果胃里有食物，柿子接触胃酸少，就可避免结石形成。

2. 最好不要同时吃各种含酸性的水果，如桔子、猕猴桃等。

3. 吃柿子前后不要吃太多肉类。

4. 柿子与鱼、虾、蟹等高蛋白食物同时进食，容易导致胃石的形成。

小科普 >>

小儿哮喘，这些东西惹祸

文/刘素兰（湖南省儿童医院呼吸一科）

如果孩子患有哮喘，一定要告知身边的监护人：哮喘病人对空气质量要求很高，务必弄清孩子的过敏原，并在生活中注意避开。比如吸烟者不要照顾有哮喘的孩子。由于个人体质不同，过敏原也存在差异，应注意孩子的饮食起居。比如对食物过敏，要注意避免食用过敏食物，最常见的有鸡蛋、牛奶、海鲜等已知过敏原；比如对花粉过敏，尤其春、秋季，要做好防护；比如对宠物过敏，家中不能饲养宠物，也不要去看动物园。尽量不要给孩子喝冰镇饮料，会刺激气管；平时适当锻炼，增强自身体质和免疫力。

孩子患了高血压怎么办

文/许周（湖南省儿童医院急危重症学一科）

很多孩子暴饮暴食、缺乏锻炼，导致患上高血压。在确诊后，首先要看是继发性高血压还是原发性高血压。如果是原发性高血压，不要急于让孩子使用降压药，因为原发性儿童高血压患病时间较短，血管弹性好，除非血压增高过多或对身体危害很大，否则不建议用药，而建议采用非药物治疗方法。同时，孩子患高血压后，家长应帮助孩子建立良好的作息习惯，并加强运动、适当减肥。另外，还要保证孩子充足的睡眠时间，睡前一小时避免过度思维活动或看电影、电视等。饮食应以低脂肪低胆固醇食物为主，炒菜时应以植物油为主。

冬季谨防小儿风疹

文/袁畅（湖南省儿童医院神经内科）

入冬后，随着气候的变化，小儿风疹开始多起来。风疹是风疹病毒引起的急性呼吸道传染病，以低热、上呼吸道轻度炎症、红色斑丘疹及耳后、枕部淋巴结肿大为特征。除1岁以内婴儿不容易感染外，其余年龄段幼儿均易受到感染。

风疹的潜伏期是14-21天，前驱期一般为半天至1天，主要表现为发热、咳嗽、喷嚏、流涕、食欲不振等，少数伴有呕吐、腹泻。发热一般持续1-2天，通常在发热第1天或第2天开始出疹，始于面颊部、颈部，迅速向躯干、四肢蔓延。对于风疹患儿，一般采用常规抗病毒治疗，症状较轻者预后良好，可不经治疗而自愈。风疹患儿应注意休息，避免风寒，饮食宜清淡易消化，不吃煎炸、油腻食物。同时还要防止因搔痒抓伤皮肤引起感染。

小儿鸡胸如何矫正

文/罗沙（湖南省儿童医院消化内科）

鸡胸是一种常见的胸廓畸形，症状表现为：胸前壁呈楔状凸起，状如禽类的胸骨，也是“鸡胸”名字的由来。小儿患了鸡胸不仅影响心肺功能，降低呼吸器官抵抗力，而且影响孩子的体型美，容易给孩子造成心理负担，甚至成为终生痛苦。

那么，该如何矫正小儿鸡胸呢？1、呼吸起落操。两脚与肩同宽站立，身体放松，微闭双眼，两臂轻轻向前平举至头顶，同时吸气，停一会儿，两臂自然下落，伴以深呼气，每日数次，每次10分钟。2、俯卧撑或持哑铃做两臂前平举练习，每日3至4次，每次10分钟。3、单双杠上翻跟头。每日清晨空腹进行，但不可过于劳累。4、慢跑有助于增强内脏活动，扩大呼吸量，改善胸廓发育不良状况。