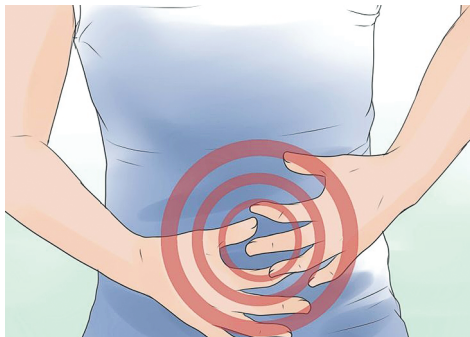


二、炎症性肠病

炎症性肠病（IBD）是一组原因不明的、以慢性炎症为特征的肠道炎性疾病。包括克罗恩病和溃疡性结肠炎两类。主要累及回肠、结肠、直肠。病因和发病机制尚未完全明确，肠道粘膜免疫系统异常导致的异常免疫炎症反应，在炎症性肠病的发生发展中起重要作用。患有炎症性肠病的人群，肠道菌群多样性较低，病原菌的比例较高，产生有害毒素，引起炎症，危害肠道健康。

患病后，腹部表现为腹痛、腹泻、腹块、里急后重。全身表现为贫血、发热、营养不良，病情严重者则有脱水、电解质紊乱及酸碱平衡失调等。儿童除常见的胃肠道临床表现外，还有如关节炎、生长迟缓、体重不增、神经性厌食等。



辅助检查方法：

- (1)结肠镜检查
- (2)X线钡剂灌肠
- (3)肠粘膜活检
- (4)手术切除标本的病理学检查

炎症性肠病的预防：

- (1)饮食方面，建议戒除烟酒嗜好，低盐、低脂、清淡饮食，食物应煮熟煮透。寒性体质者，不宜过多摄入寒凉的水果蔬菜及含大量膳食纤维的食物，如香蕉、梨、荸荠、芹菜、芦笋、燕麦等。忌生冷及辛辣刺激性食物，如生鱼片、醉虾、冷饮、麻辣烫、烧烤等。过敏体质、乳糖或麸质不耐受者，应避免进食海鲜、牛奶、麸质等食物。
- (2)适量运动，充足睡眠，增强自身免疫能力。
- (3)注意心理调节，保持心态平和，避免长期紧张、焦虑等负面情绪的累积。