

胶囊内镜还是传统胃镜？究竟该听谁的！

谭晓锋

大竹县人民医院消化内科 635100

【中图分类号】R44

【文献标识码】A

【文章编号】1005-4596 (2024) 11-101-01

当提到做胃部检查，不少人第一反应是：“胃镜？不就是那个从嘴里伸管子的检查嘛，听着就不舒服！”也有人说：“现在有胶囊内镜了，不用吞管子，直接吃颗胶囊，多轻松！”面对这些选择，许多人感到困惑，到底是胶囊内镜更好，还是传统胃镜更适合自己？其实，两者各有千秋，没有绝对的答案，选哪个更关键在于适合自己的实际情况。

先说说传统胃镜，这位“老大哥”。胃镜一直是胃部检查的“常客”，它的特点可以用一句话概括：“直接、全面、立体”。医生通过一根柔软的镜子管，沿着食道一路“探险”，可以清晰地观察到食道、胃和十二指肠的状况。胃镜的“特技”不仅限于看，它还能“边看边干活”，比如发现异常时，医生可以直接取样做活检，或者顺手处理一些小问题。可以说，胃镜不仅是一个“摄影师”，还是一个“多面手”。但是，提到胃镜，很多人难免有点抗拒：喉咙会不会特别难受？要不要忍着恶心想吐？这确实是胃镜绕不开的体验。不过，随着技术的进步，很多地方已经能提供无痛胃镜，检查的时候人基本处于睡眠状态，等醒来检查就完成了，体验已经比以前好很多了。

再来说说胶囊内镜，这位“新晋网红”。胶囊内镜的出现，就像是科技给了我们一个“大招”，尤其对于那些一听胃镜就腿软的人来说，吃颗胶囊就能完成检查，简直是福音。胶囊内镜确实有它独特的魅力，像一台微型相机，吞下去后，它会沿着消化道一路“游览”，边走边拍，最后随着消化道自然排出身体。整个过程既没有传统胃镜的插管感，也不需要麻醉，这样的设计特别适合对插管检查特别敏感的人群，或者有特殊禁忌的人。

不过，胶囊内镜也不是“万能选手”。它虽然可以拍照记录，但只能“看看”，却“做不了事”，比如发现问题时无法取样活检，也不能现场处理病变。另外，胶囊内镜的检查范围更适合消化道中下段，比如小肠，而胃和十二指肠的仔细观察能力相比传统胃镜还是差了一些。并且，胶囊内镜对

消化道的“动力要求”更高，如果消化道蠕动不足，胶囊可能某个地方“偷懒”，拍得不够全面，这对检查结果也会有一定影响。

那么，听到这里，可能有人会想：“既然各有特点，那我该选哪个？”其实，答案很简单，还是要结合自己的身体情况和需求来选择。如果医生建议检查的是胃部、食道或者十二指肠的问题，尤其是需要更全面观察或可能需要取样检查的情况下，传统胃镜可能更适合。而如果你对插管检查有强烈的心理障碍，或者检查的主要目的是观察小肠中段的情况，那么胶囊内镜可能是一个不错的选择。

当然，有些人会担心检查过程的安全性和准确性。其实，不管是传统胃镜还是胶囊内镜，它们的检查过程都有相对完善的安全保障。传统胃镜虽然听起来“入侵性”更强，但医生在操作时会十分小心，并且在无痛胃镜下，患者的体验会更加舒适。胶囊内镜虽然是“自己走”，但它的拍摄效果经过优化，清晰度和准确性已达到比较高的水平。无论选择哪种检查方式，关键是和医生详细沟通自己的担忧和期待，听取专业建议，毕竟每个人的情况都是独特的。

最后，也别因为检查而给自己太大压力。不论是选择传统胃镜还是胶囊内镜，检查的目的都是为了了解身体状况，及时发现问题并处理。它们只是帮助医生了解消化道的“工具”，真正决定你健康的，还是日常的生活方式和态度。如果你觉得选择太纠结，不妨把心放宽一点：该吃吃，该喝喝，吃完就做检查，别让心理压力成了你胃部的“额外负担”。

生活中，我们的身体就像一部需要定期保养的机器，偶尔来一次“全面体检”是很有必要的。胃镜也好，胶囊内镜也罢，选一个适合自己的，让医生和这些“工具”一起为你的健康保驾护航。对身体多一分关心和了解，总归不是坏事。希望每个人在选择检查方式时，都能更加坦然，让检查不再是负担，而是为健康生活添砖加瓦的一步！

(上接第 100 页)

下为患者选择合适的抗生素。同时还应当加强营养支持以提高患者的抵抗力。当患者确诊静脉血栓以后，应当在医生的指导下接受抗凝或溶栓治疗，还要避免不要让患者长时间卧床。同时，家属和护理人员也要对患者的病情变化进行关注，并随时将患者的病情情况向医生汇报。

七、康复锻炼与生活方式

很多肿瘤患者想要恢复身体功能，提高生活质量，就需要在医生的建议下做一些康复锻炼，比如可以进行一些简单的散步、太极拳等轻度运动。建议患者每周至少进行 3-5 次锻炼，每次锻炼的时间以 30-60 分钟为宜。此外，患者保持良好的生活方式也能够一定程度上促进患者的康复。建议患者保持好规律的作息、充足的睡眠，多做运动，同时注意改掉吸烟、

饮酒等不良习惯。

八、家庭护理与社区资源

在肿瘤患者的康复过程中，家庭护理非常重要。对于家属来说也需要掌握基本的护理技能，如更换造口袋、注射药物等。此外，社区资源也是肿瘤患者康复的重要支持。患者可以多加参加由社区组织的肿瘤患者康复活动以及交流分享会等，通过病友交流能够增进彼此的了解和支持。同时，社区也可以为肿瘤患者提供一些实用的服务，如上门护理、康复指导等。

总的来说，肿瘤的护理是一项综合性的工作，不仅需要医务人员的努力，也需要患者、家属共同参与进来一起努力。通过掌握一些实用的护理小技能，大家就能够更好地照顾肿瘤患者，提高他们的生活质量，让他们在面对疾病的挑战时更加坚强和勇敢。