



重阳尊老助老 谈谈骨质疏松

◆ 朱汉民

又到九九重阳节，如今重阳又成为尊老、敬老、爱老、助老的节日。在这特殊的日子，我们谈谈正严重吞噬老年人健康的骨质疏松问题。

绝经后妇女和老年男性的骨质疏松症严重威胁老年人的健康、生命，使人体逐渐变矮，弯腰驼背，整日周身骨疼，迫使老人采取动不如静、静不如躺的行为方式，衰老的现实常常会使老人走路踩着果皮或脚下略有磕绊便会趑趄趺跤，前扑则腕部骨折，侧倒则大腿骨折，臀部着地又可造成脊椎骨折，甚至乘车时遇到颠簸、平时用力咳嗽也会骨折。

常见的骨质疏松可分为两种：即原发性骨质疏松症和继发性骨质疏松症。而原发性骨质疏松又可分为：绝经后骨质疏松症和老年骨质疏松症。绝经后骨质疏松症往往发生在绝经后的 4~10 年间，主要原因是体内雌激素水平下降；老年骨质疏松一般发生在 70 岁以后，主要原因是老年人体内缺乏维生素 D。继发性骨质疏松则是因为某些疾病或长期服用某些药物（如皮

质类固醇激素）而引起的。

骨质疏松症的防治是越早越好，但任何时候开始治疗都为时不晚。主要有以下几种手段：

一、缓解疼痛。如果您有较严重的腰背疼痛，医生可能会为您处方止痛剂或肌肉松弛剂，并建议您卧床休息或使用托背。

二、改变生活方式。钙是构筑人体骨骼的基本元素，老年人每天必须保证一定量钙和维生素 D 的摄入。但是，老年人因为体内活性维生素 D 水平下降，使钙在肠道的吸收率以及在骨骼的沉积率也相应明显下降，因此仅仅补充钙是不够的，还应该同时补充活性维生素 D 如骨化三醇，以保证人体对钙的吸收和利用。此外要避免摄入过多的咖啡和酒精，并开始戒烟。经常做些规则的轻度负重锻炼（如步行）有助于您保持骨骼强壮，并减少摔倒的机会。

三、药物治疗。医生也会为您处方一些药物，这些药物会使您的骨骼更加强壮，从而免受骨折之苦。

目前我国 60 岁以上人口占全国总人口的 10%，已经进入老龄化时代，老年骨质疏松越来越受到人们的关注。在“世界骨质疏松日”来临之际，中华医学会儿科分会，将于 10 月 19 日在上海光大会展中心，开展“强健骨骼 全新起步”——2007 世界骨质疏松日健康宣教活动。本次活动以健康讲座、互动活动、医生咨询义诊、媒体发布会、现场展板宣传等多种形式，帮助人们了解骨质疏松症的危险性及误区，呼吁全民关注骨质疏松尤其是发病率较高的女性骨质疏松问题。请拨打免费热线 800-820-8780（拨 2 进入）索取入场券。（作者为上海华东医院内分泌科主任、教授）



亚裔肺癌患者有了新希望

◆ 军君

在刚刚结束的第 12 届 WCLC(世界肺癌大会)上，一项 INTEREST 研究证明，吉非替尼(Iressa)治疗既往接受过化疗的晚期 NSCLC 患者总体生存不劣于多西紫杉醇(Taxotere)！这是截至目前为止，表面生长因子受体-酪氨酸激酶抑制剂(EGFR-TKI)这类小分子靶向药物在肺癌治疗领域的大型国际 III 期临床研究中，首次直接证明总体生存不劣于标准化疗药物！

INTEREST 研究是吉非替尼(Iressa)和多西紫杉醇(Taxotere)头对头直接比较的一项大型国际多中心、随机、开放、平行的 III 期临床研究，全球范围入组病人 1466 例，其中 22% 为亚裔，中国共有 5 个研究中心，222 例病人接受了随机治疗。该研究结果达到了设定的主要终点，证实吉非替尼治疗既往接受过化疗 NSCLC 患者跟多西紫杉醇治疗具有相似的生存期，同时吉非替尼耐受性更好，患者能够获得更好的生活质量。

在此之前，多西紫杉醇是国内用于一线失败后的二线标准化疗药物，而该研究结果无疑确立了靶向药物在二线应用的地位，可以给成千上万患者带去福音。

从吉非替尼的全球慈善供药项目(EAP)到 INTEREST 国际临床研究，开创了一系列肺癌治疗的新理念：首先吉非替尼独特的靶向作用机制引领肺癌治疗朝着个体化治疗时代迈进了一大步；其次，吉非替尼对东西方人种疗效的不同提示了人种间基因或表达的差异与疗效相关的可能性；最后，“肺癌=绝症”的观念受到挑战，吉非替尼给患者带来的长期生存获益令人鼓舞。

吉非替尼(Iressa)已成为目前世界上唯一拥有超过 10 万亚裔临床病例的该类靶向治疗药物。



【医家风采】

廖美琳，教授，上海市胸科医院首席专家。长期从事肺部肿瘤学的多学科诊治工作，为国内外享有盛誉的肺癌领域的专家。

1983 年 6 月考取 WHO 基金，赴加拿大 McMaster 大学研修运动呼吸生理、临床流行病学、肺科临床。1987 年率先开展了国际间小细胞肺癌化疗结合手术随机研究，并在国内首先开展了上海市高危肺癌人群早发现研究；承担或参与国内外临床新药研究 66 项，在肺部肿瘤的早发现、诊断、治疗上成就卓著。先后负责国家“八五”攻关课题、上海市领先学科第一周期与第二周期、国家 863 重大课题、国家科技支撑计划课题、上海市委登山计划的研究；担任众多胸部肿瘤相关的学术职务。

2002 年起负责上海市肺部肿瘤临床医学中心的建设；先后获得国家科学技术进步二等奖、上海市科学技术进步一等奖、二等奖、三等奖等奖项；在国内外发表论文 130 余篇，主编《肺癌诊治规范》《现代肺癌治疗》《肺



癌丛书》，参与编写有关肺癌篇章、书籍等 10 余本。2006 年获得中国医师奖和上海交通大学校长奖。

赛诺菲巴斯德—赛诺菲安万特日前公布了一项临床研究结果，数据表明：其最新研制的含佐剂流感大流行疫苗，在抗原含量最低时，对 H5N1 病毒依然可以产生高水平的免疫应答。该疫苗应用了赛诺菲巴斯德专利佐剂技术，也是迄今为止含 H5N1 抗原剂量最低的疫苗。

试验中，当疫苗中的抗原含量仅为 1.9μg 时，超过 70% 的志愿者可产生高水平的血清免疫保护；同一试验中，超过 80% 的志愿者在接种抗原含量为 3.75μg 的疫苗之后可以产生高水平的血清免疫保护。

该疫苗研制一旦获得成功，将意味着在流感大流行发生时有能力生产出数以亿计的疫苗产品；同时也意味着在流感大流行发生之前，可以利用现有疫苗产能生产出更多的疫苗，用于流感大流行的战略储备。

上述结果是基于一项在比利时完成的临床试验做出的，共有 266 名 18~40 岁健康成人参加了本次试验，所使用的疫苗为 H5N1 灭活疫苗，疫苗中添加了佐剂物质，以提高人体免疫系统对疫苗的应答水平。试验测试了四种抗原剂量不同的疫苗，其中 1.9μg 为最低抗原剂量，参加试验的志愿者每种剂量接种两支疫苗。

试验初步数据还发现：该种疫苗对最新发现的 H5N1 毒株也可以产生交叉免疫保护，有关该疫苗对 H5N1 病毒各种变异株交叉免疫能力的进一步研究正在进行之中。

降低流感大流行风险

◆ 薛利

针灸治疗女性更年期综合征

◆ 何金森

更年期综合征是妇科常见病，临床治疗方法繁多，但至今尚无较理想的治疗方法。

该病的发病机理至今仍未明了。目前的研究认为，因雌激素水平过度降低引起下丘脑-垂体-卵巢轴或肾上腺轴等功能紊乱所致的神经递质、激素、细胞因子等产生失衡，是该病发生的主要原因。更年期由于卵巢雌激素分泌下降，不仅会使垂体分泌卵泡刺激素(FSH)、黄体生成素(LH)及下丘脑分泌促性腺激素释放激素(GnRH)增加，继而雌二醇/睾酮(E2/T)比值明显下降，使妇女生殖能力衰竭，同时还会导致中枢 β-内啡肽(β-EP)水平低落，出现一系列精神和植物神经系统功能紊乱。由于 E2 水平下降导致免疫系统功能衰退，增加更年期妇女感染、肿瘤、自身免疫疾病的发生机会。雌激素低落，血脂代谢改变，促成心血管疾病增加，因此雌激素水平下降也是绝经后妇女易患冠心病的因素之一。另外，雌激素还是更



年期妇女骨质疏松症的一个重要发病因素。

现代临床及实验研究发现针灸可通过调节机体内环境，而产生

治疗效应，其作用途径可涉及神经、内分泌、免疫等多角度多层次的调节，研究认为针灸作为一种自然疗法，通过合理的配穴及适当的

针灸方法能对机体的神经、内分泌、免疫等多种功能起调节作用。如刺激人体某些穴位具有兴奋卵巢，促进性激素分泌增加的作用；有的穴位能调节人体免疫功能。

由上海中医药大学、上海复旦大学医学院(原上海第一医科大学)共同组建的“针灸对生殖内分泌功能调整作用的神经生物学机制研究”专题组，具有多年从事该病症临床治疗及实验研究的经验。临床治疗及实验结果均表明：针灸治疗女性更年期综合征，具有独特的疗效，可明显缓解更年期综合征患者临床症状，提高患者生活质量，有效调节下丘脑-垂体-性腺轴的功能，其作用机理可能与针灸调节机体雌激素水平有关。

(上海市宛平南路 650 号市针灸经络研究所医疗门诊部每周二、四、六下午设专科门诊)