

数字看健康

——慢性肾脏疾病

1 亿

慢性肾脏疾病 (chronic kidney disease, CKD) 已成为威胁全球世界公共健康的主要疾病。“我推测,中国慢性肾脏病人有可能超过1个亿,城市中每10人中就1例!”这是中国工程院院士、中华医学会肾脏病学分会主任委员陈香美在第五届国际慢性肾脏病营养治疗论坛上公布的一组惊人数据。

10 万

尿毒症患者平均每年医疗花费超过10万元,这使得许多家庭“因病致贫、因病返贫”。而避免的最好办法,就是正确保护好自己的肾脏。

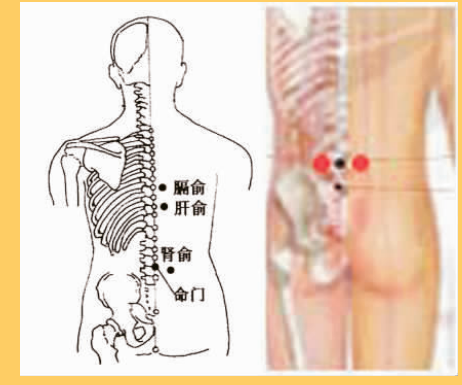


6 要点

保护好自己的肾脏。一平衡膳食;二坚持每天进行体力活动和体育锻炼,控制体重,避免感冒;三是当喉部、扁桃腺等感染时,需立即在医生指导下采用抗生素彻底治疗,否则链球菌感染易诱发肾脏疾病;四是戒烟,饮酒要适量;五女性怀孕前最好检查有无肾脏疾病及肾功能不全情况;六是每年定期检查尿常规和肾功能,也可同时做肾脏B超,以便能够早期发现,早期治疗。

小贴士：日常生活中的肾脏保健穴位

- 1.点按膀胱经:点按或按揉脊柱两侧的内膀胱经和外膀胱经,它们分别在脊柱两侧两指和四指的外侧。
- 2.温肾补气:双手对搓至微热,在肾俞穴(第二腰椎旁开1.5寸)上震颤。
- 3.按压命门:双手叠掌按压命门穴(第二腰椎棘突下凹陷)。



iPS 细胞为疾病研究插上翅膀



iPS 技术一直被认为是再生医学领域升起的一颗新星,无疑,iPS 在疾病模型的构建也是颗正在冉冉升起的新星。有科学家用病态的细胞诱导成 iPS 细胞,这种 iPS 细胞成为研究疾病的最佳模型,科学家可以直接在活细胞上甚至是嵌合体动物模型上研究疾病,这不可不谓是疾病模型研究中的一大进展。

研究病变 iPS 细胞的第一个吃螃蟹者是来自哈佛大学的科学家,他们从一名 82 岁的肌肉萎缩性(脊髓)侧索硬化(amyotrophic lateral sclerosis, ALS)患者的皮肤中提取细胞,并诱导成 iPS 细胞。诱导形成的 iPS 细胞可用于该疾病的研究。该文章发表在 2008 年 8

医学新发现

月的 Science 杂志上。

PNAS 突破：烟草产抗体治愈猴子

一项大规模科学研究取得了突破性进展,研究人员使用混合单抗帮助被感染的非人灵长类动物成功抵御了 Ebola 病毒,这种治疗药物初显锋芒。

在这项验证性研究中,混合单抗克隆抗体 MB-003 成功帮助恒河猴 rhesus macaques 抵御了致命的病毒感染。

Ebola 病毒会导致出血热,这是



种疾病患者的死亡率高达 90%,仅在近几个月 Ebola 病毒就造成中非地区无数人死亡。人们将这种病毒视为全球性的健康问题,

领导这项研究的美国军方传染病医学研究所 USAMRIID 的病毒学家 Gene Olinger 博士介绍道,该研究团队将继续深入推进 MB-003 的临床安全性测试。

日本科学家发现可抑制基因组损伤的蛋白质

日本科学家发表于最新一期《自然》杂志网络版的论文说,他们经动物实验发现,人类以及许多动物体内都有的 Zuc 蛋白质在抑制转位子造成的基因组损伤过程中发挥着重要作用,这项研究成果将有助于解开不孕症发病的机制。

日本科学技术振兴机构和东京大学 15 日联合发表新闻公报介绍了上述成果。公报说,动物基因组中都存在转位子,这是一种有特定功

能的基因片段,它可以自我复制并在基因序列中四处移动。转位子的移动在许多情况下会造成基因组损伤,进而引发各种疾病,因此,生物体内存在抑制转位子的机制。



英美专家称未来 5 年内全球将出现“末日病毒”

英国近期接连发现从国外感染致命疾病的案例,先后有 2 名男子感染克里米亚-刚果出血热(CCHF)及新型冠状病毒。因此有权威疾病专家认为,未来 5 年全球正面临爆发新疫潮的威胁,而这些源自动物的人畜共通病,或成为“末日病毒”。

伦敦大学流行病专家奥克斯福特教授警告,动物身上的流行疾病,



在未来 5 年可对人类造成“灾难性”影响。他认为,一种超级流感或高传染性病毒可以来自亚洲或非洲,通过野生动物或禽畜感染人类。

目前,人畜共通病的威胁是前所未见。新的致命病毒“下刚果病毒”(BASV) 本月于刚果民主共和国出现,属动物感染的杆状病毒,但是病毒家族中包括会传染人的疯狗症病毒。

奎曼甚至认为,源自喀麦隆黑猩猩的艾滋病 HIV 病毒,也是以类似途径感染人类。他同意,流感比 2003 年的 SARS 更可怕,因潜伏期较长,病人难以被发现,造成广泛传播。

/生命在线:www.46me.com 供稿

金秋养生 康复之道 请选大虫草金蝉花

赶快行动吧,加入会员,享受丰厚大礼!

咨询热线:021—60646375
更多了解请登录:
www.chanhua.net 蝉花网

服务地址:延安西路 221 号-6 康
复之道蝉花专卖店(毗邻华东医
院大门)

会员特享:

- 会员凭会员卡购买产品可享受优惠
- 会员可到店免费试用用金蝉花一星期
- 会员可免费获取经络挂图一份、养生书籍一套和养生光盘一套
- 会员有机会获取华东医院价值 388 元的健康体检套餐一份
- 会员均有机会参加“中秋佳节送养生大礼”活动,抽取幸运大奖