

# 康健园

本报专刊部主编 | 第 586 期 | 2016 年 5 月 9 日 星期一 责任编辑:潘家新 视觉设计:窦云阳 编辑邮箱:pjx@xmwb.com.cn

## 泌尿系结石防治因人而异

◆ 达骏

陈师傅是一个肾结石病的老患者,多年的肾结石把他折磨的非常痛苦,反复的吃药、震波,甚至手术,都无法阻止他肾脏里的结石重新再长出来。最快的一次,他刚刚做好微创手术后半年,复查 B 超时又再次发现有黄豆大小的结石颗粒形成。

尿路结石,简单来说就是尿液中形成结石的物质和预防结石形成的物质之间的平衡被打破的结果。最常见的肾脏结石类型有四种:钙盐结石,鸟粪石,尿酸结石和胱氨酸结石。钙盐结石是最常见的结石,而大多数钙盐结石的主要成分草酸钙。草酸通常来自食物,例如某些水果和蔬菜、坚果和巧克力,都含有较高水平的草酸,长期过多摄入会显著增加尿路结石形成的风险。鸟粪石通常是泌尿道感染等炎症导致的。这些结石可以迅速增长为较大的结石而没有什么

症状,所以如果平常经常会发生尿路感染的人群需要好好的控制尿路感染。尿酸结石常见于痛风患者或饮水量不足的人群。此外某些遗传因素也可能增加尿路结石的风险,例如胱氨酸结石就常见于一些患有遗传异常的患者,这些疾病可导致肾脏分泌某种氨基酸过多而导致胱氨酸尿,进而形成结石。

过去肾结石患者的预防方案主要是根据患者结石的成分来制定的,而忽略了人体内部微环境的一些因素。例如可以预防尿液形成晶体的枸橼酸,在过去由于技术原因就一直没有办法进行精确检测,现在随着检测问题的解决,我们可以更好地了解尿液内枸橼酸和草酸的含量,从而更有效地延缓结石的复发。陈师傅便在我院得到了有效的治疗。

预防尿路结石的形成是一个非常复杂的工程,需要内外科协同

作用,在充分了解结石的成分和人体内环境的变化之后,综合每个患者不同的情况制定出个体化的预防方案,所以还是建议在医生指导下进行结石的预防。同时由于结石疾病高复发的特点,养成定期复查的习惯,对于保护肾脏,也是非常必要的。

(作者为上海交通大学医学院附属第九人民医院泌尿外科主治医师)

### 【相关链接】

第九人民医院泌尿外科将于 5 月 14 日、5 月 28 日进行两次“泌尿系结石防与治和前列腺疾病诊治”患者教育及义诊活动,具体为:

14 日(星期六)9:00~11:00 在樟岭路 50 号九院北部院区行政楼五楼;

28 日(星期六)9:00~11:00 在制造局路 639 号九院南部院区 1 号楼 8 楼。



图/TP

## “世界哮喘日”,专家提醒——

# 儿童哮喘 规范治疗控制是关键

◆ 陈平

今年 5 月 3 日是第 18 个“世界哮喘日”。儿童哮喘是最常见的慢性呼吸道疾病,哮喘反复发作会严重影响孩子的健康、学习和生活,给患儿及其家庭带来沉重的健康和经济负担。上海交通大学医学院附属新华医院儿呼吸科主任鲍一笑教授介绍:“我国儿童哮喘发病率一直呈上升趋势,全国范围内华东地区患病率最高,其中上海尤为突出。在哮喘控制方面,全国控制率都明显偏低,这与哮喘患儿家长在疾病认知和治疗方面的误区有很大关系,很多家长对激素使用仍存在较大误解与偏见。”

### 上海地区儿童哮喘发病高

根据我国 1990-2010 年针对 14 岁以下城市儿童患病率的三次调查结果显示,哮喘的患病率大约以每 10 年 100% 的增长速度上升,2010 年已经达到了 3.02%。其中 2010 年的数据显示上海地区儿童哮喘的发病率高达 7.57%。

儿童哮喘发病率逐年增高,与生活方式和外部环境改变关系密切。人体自身免疫保护系统是在与外界细菌和病毒的斗争中成长并完善的,但随着生活环境越来越舒适,接触细菌的机会越来越少,免疫系统在一定程度上就会逐渐弱化,难以抵抗外界疾病的入侵;同时,生活条件的改善使得过敏源越来越多,例如空调、地毯

等使用越来越多,这种温暖、潮湿的环境导致螨虫不断滋生;此外,室外的花粉、抗生素的广泛使用、剖腹产的增加、退热药较多的应用、二手烟、塑料瓶的塑化剂等都和哮喘发作密不可分。

### 每一次发作都是一次伤害

尽管儿童哮喘发病逐年增高,但在我国,儿童哮喘控制水平却一直很低。一项调查显示,真正达到良好控制目标的儿童哮喘患者只有 3% 左右。鲍教授解释:“如此低的控制率和家长对哮喘危害、规范治疗的认知度不够有很大关系。很多家长在孩子发病时并没有及时开始规范治疗,还有些哮喘患儿即使已经开始治疗,但不能长期规范用药,自行停药或减药等,这些都是导致哮喘控制率低的主要原因。”

哮喘是一种气道的慢性炎症,炎症长期存在以及急性发作、多次发作会损害孩子的气道结构和肺功能。哮喘发作后经常伴随胸闷、喘息咳嗽等症状,治疗不及时可能诱发严重的呼吸衰竭,威胁孩子的生命健康。此外,哮喘发作还会造成缺课、学习成绩下降、活动能力受限、生活质量下降等,影响儿童的身心健康。

### 治哮喘不必谈“激”色变

通过规范治疗,儿童哮喘可以得到很好控

制。《2016 年儿童支气管哮喘诊断与防治指南》指出,对于 <6 岁儿童哮喘的长期治疗,最有效的治疗药物是吸入糖皮质激素。吸入用布地奈德是一种新型的可雾化吸入的糖皮质激素,具有较强的抗炎、抗过敏、免疫调节功能,可有效控制气道慢性炎症,降低过敏性,从而起到平喘的作用。

鲍教授说:“很多家长一听说激素就会想到满月脸、水牛背、骨质疏松等,这些其实都是在长期、使用大剂量的口服激素时才可能导致的副作用。而在儿童哮喘治疗时,一般都使用雾化吸入激素。这两种激素使用方式和剂量完全不同。口服激素用量较大,通过血液运输到全身各个地方。而雾化吸入激素可直接到达病变组织区域,接触面积大,即在局部发挥强大的治疗作用,能迅速改善症状。对于急性发作或反复咳、喘的小儿都有效。此外,吸入激素的剂量通常是口服激素的几分之一甚至百分之一,小剂量长期使用不会对孩子成长产生影响。”

需要提醒患儿家长的是,尽量避免接触引发哮喘发作的诱因是很重要的,如果已经有相关症状,要尽早到正规医院找专科医生就诊并坚持规范用药,控制良好的哮喘患儿也能像其他同龄孩子一样正常自由呼吸,享受快乐的童年。

结肠镜检查对于结肠癌的预防具有重要意义。大多数的结肠癌是由结肠息肉恶变而来,因此只要通过结肠镜检查早期发现结肠息肉并及时摘除,就可以预防绝大部分的结肠癌。结肠镜检查是目前诊断结肠黏膜病变的最佳方法,它可以发现患者肠道是否有肿瘤、息肉、炎症、出血、溃疡等病变,是发现癌前病变最有效的办法。

然而,做好结肠镜检查前的肠道准备工作并非易事,尤其对于初次检查者,对准备工作总有许多困惑:检查前能吃哪些食物?什么时候开始禁食、禁水?什么时候开始服用泻药?有高血压、糖尿病等疾病的患者能不能吃清肠药?等等。许多患者由于准备工作做不到位而导致检查失败。

在近日《结肠癌内镜早防、早诊、早治高峰论坛》上,“结肠镜检查者注意事项”微信平台发布。该微信平台就像一个个“闹钟”,提醒肠镜检查和治疗的患者肠道准备过程中的时间点、准备的方法和注意事项,尤其是关键的饮食忌宜、服泻药和饮水的方法、药物的调整等等,患者只要跟着它一步步做就行了。

如今肠镜检查越来越多,而肠道的清洁准备工作必须达到一定的标准,医生才能成功地用结肠镜做诊断或者治疗。对于缺乏医学知识的普通人来说,利用微信平台,一步一步跟着提醒做肠道准备,可以大大提高肠镜检查的成功率。

## 结肠镜检查

## 肠道准备很重要

◆ 陈英海

## 心律失常“精准治疗”迈入绿色时代

◆ 李红

我国心律失常患者约有两千万人。随着人口的老齡化,我国心律失常发病率逐年增高。近日,中国科学院院士葛均波、复旦大学附属中山医院心内科主任医师朱文青和心内科副主任医师林佳雄向媒体介绍,新一代电生理影像技术不仅能帮助医生精准治疗心律失常,更能降低辐射,可惠及孕妇等特殊人群。

中国科学院院士葛均波指出,老齡化使我国房颤患者人数不断增加,而治疗方式更新换代,新型技术和器械的发展,新技术的普及推广,让广大病患接受更安全有效的治疗,是未来

我国房颤疾病防治的重心。

复旦大学附属中山医院心内科主任医师朱文青表示,“常见治疗方式主要是药物、射频消融和外科手术三种。对比其他治疗方式,射频消融技术具有疗效好、成功率高、创伤小等优点,该技术对阵发性室上速、早搏心律失常疾病治疗成功率达 99% 以上。随着医学技术的发展,对相对复杂的心律失常患者运用射频消融治疗时,可实现 CT 影像、三维影像等多模态影响融合精准治疗。”

据悉,强生医疗新一代电生理影像技术 Uni-vu,是全球唯一能将 DSA 影像技术和三维导航技

术结合的技术,不仅可以缩短手术时间,提高手术成功率,还能降低手术中对患者和医生的辐射,更对儿童、孕妇等特殊人群的健康安全提供了保障,标志着精准治疗心律失常进入了绿色治疗时代。

复旦大学附属中山医院心内科副主任医师林佳雄进一步说明:“电生理影像整合技术 Uni-vu 的出现,使得难治、高并发症疾病(如:心耳起源的房速等心律失常)的治疗有了极大改善,可大大降低其并发症的发生。”

新一代技术将为心律失常患者提供更好的治疗服务,让更多病患拥有安全的治疗。