

防治白血病,仅避开装修远远不够

慢性粒细胞白血病,简称“慢粒白血病”,好发于四十岁左右的中青年。在首个肿瘤靶向治疗药物伊马替尼问世之前,慢粒白血病患者生存期只有四年左右。但自从伊马替尼本世纪初投入临床使用后,慢粒白血病患者生存期明显延长,给治愈该病带来了希望。

然而,慢粒白血病患者只是十余种白血病患者之一。据统计,我国约有400万白血病患者,慢粒白血病患者只占其中的15%左右。目前,还有多种类型的白血病患者,缺乏类似伊马替尼特效的“神药”。绝大多数白血病患者在与血癌的拼博中,面临死神的威胁,其身体上的痛苦、精神上的压力,远超过电影、电视剧中的演绎。白血病患者依然是危害人类身心健康、家庭幸福的“绝情杀手”。

自我修复机制故障导致患病

疾病的发生,往往与人体自我修复机制出现“故障”有关。研究表明,不良的生活方式包括心理失衡、失眠、不合理饮食、吸烟、酗酒及环境污染等,都会加重人体的损伤,影响机体自我修复。



当自我修复机制不能完全修复机体每天发生的损伤时,染色体的损伤日积月累达到一定的量、一定的程度就会发生病变,或者在某些诱发因素的作用下突然“爆发”。染色体、基因发生畸变,转化成不受机体控制的“癌细胞”。如果机体的抑癌基因又不能抑制癌细胞的生长、繁殖,机体就会出现癌细胞的“疯长”,形成肿瘤。

装潢污染“背锅”,冤不冤?

装修材料中甲醛、苯、氨类等物质释放,极易被人体皮肤、黏膜吸收,对机体带来不良影响。尤其是甲醛,会对人体细胞DNA染色体造成明显损伤,引起血液细胞DNA-蛋白质的交联反应,诱发白血病患者、再生障碍性贫血等重症血液病。

但是,并非所有刚经历过装修

或是接触过装修材料的人都会患上白血病患者,关键还要看机体损伤的量和机体的抗损伤能力。处于生长发育期、免疫功能较薄弱、机体抗损伤的修复机制还未完善的儿童和免疫功能、修复机制下降的老年人,遇到损伤不能及时修复,更容易得白血病患者。有统计数据显示,大约70%儿童白血病患者,近1-2年内居住过新装修的房屋。

对于青壮年而言,发病是多因素的,比如:①接触装修因素比较密切,没有很好地通风;②同时又比较疲劳;③病毒感染,发生感冒;④不良生活方式,吸烟、酗酒等。多种因素同时作用下,影响机体免疫功能及修复机制,机体损伤不能及时修复,装潢污染也会诱发青壮年患白血病患者。

中医药“维护”人体修复机制

中医对白血病的防治,基本原则是“扶正祛邪”。首先就是要维护机体的正气,即“扶正”,常用治法有健脾补肾、养心安神、疏肝化痰等。对不同患者辨证分型,采取不同的治疗方法,能取得良效。

第一,健脾补肾。脾为后天之

本,主运化,乃气血生化之源。脾胃消化功能对于机体的新陈代谢至关重要,是维护生命活动最基本的因素。肾主骨,生髓藏精,为先天之本。肾中精气是机体生命活动之本,在维护我们身体的正气、提高机体抗损伤能力方面,起到了极其重要的作用。

第二,养心安神。神不定,心浮躁,机体的损伤修复机制就不能很好地工作。中医治病注重养心安神,良好的睡眠非常重要。

第三,疏肝化痰。中医学认为,疾病的发生发展,包括白血病的形成,多因机体正气不足,气血运行失常、水液代谢紊乱,同时各种邪毒乘虚而入,形成痰浊、瘀血、瘰疬等病理产物。气滞血瘀痰浊等会加重机体损伤,影响机体的修复机制。肝主疏泄,为气机的中枢,调畅气机与情志。疏肝理气活血化痰,能有效维护机体的自我修复机制。

“治病不如防病”,如果把白血病患者治疗的关口前移,多关注防病,更有利于维护我们的身心健康。

王运律(上海中医药大学附属医院中医血液科主任医师)图TP

专家点拨

腹部罕见巨大肿瘤多学科协作“一锅端”

48岁的孟先生自诩身体倍棒,和生病是绝缘的。没想到,今年5月中旬的体检报告赫然写着:左上腹巨大占位。这下可把一家人吓坏了。泌尿外科检查发现,患者症状全无,没有任何不适,素来身体健康,唯独左侧肾上腺巨大占位,直径约13厘米左右,还被血管包绕,这颗“定时炸弹”可否顺利摘除?

鉴于肿瘤的位置已压迫邻近胰腺、脾脏以及肾脏,考虑嗜铬细胞瘤可能性大,但不能排除肾上腺皮质癌的可能。孟先生住进了仁济医院南院内分泌科开始了术前评估和准备,结果显示:24小时动态血压监测正常,且无任何高血压靶器官损害;但是患者血中的去甲肾上腺素水平却异常升高,达到正常值的30倍,其他肾上腺相关激素水平却是正常的,也无其他内分泌腺体的累及。内分泌科联合泌尿外科、影像科开展病例讨论,考虑诊断为寂静型巨大嗜铬细胞瘤。

嗜铬细胞瘤由于肿瘤本身儿

茶酚胺激素的分泌会导致高血压,患者常有阵发性、持续性高血压,或在持续性高血压的基础上阵发性加重;此外,患者在高血压发作时还常伴有典型的“头痛、心悸、多汗”三联征,具有诊断意义。泌尿外科薛蔚教授指出,该患者考虑为寂静型巨大嗜铬细胞瘤,临床罕见,影像学可见肿瘤周围有丰富的血管确保血液供应,并且已经存在内出血,同时已压迫邻近器官,虽无临床症状,但随时有破裂大出血可能,病情危重,好比体内埋着一颗随时可能引爆的“炸弹”,属于泌尿外科最难做的手术之一。

仁济医院南院内分泌科胡耀敏主任分析,这种特殊的嗜铬细胞瘤非常少见,病人一般无高血压病史,却可能在手术触碰到肿瘤时出现血压迅速增高的表现,甚至高血压危象,危及生命,因此充分的术前准备是非常必要的,需要给予α受体阻断剂口服至少四周的准备,这样既可以维持较好的血药浓度,避免手术触碰

肿瘤时发生高血压危象,又使得在肿瘤切除后,维持血压平稳,避免了难治性低血压性休克的发生;同时建议术中备用酚妥拉明、多巴胺等药物,术中严密监测血压,保证手术顺利进行。

孟先生在内分泌科做好了充分的术前准备,一个月后回到泌尿外科,通过机器人微创手术精准操作,肿瘤终得完整切除。术后病理报告也证实了嗜铬细胞瘤的诊断。

胡耀敏主任介绍,寂静型嗜铬细胞瘤属于特殊类型嗜铬细胞瘤,患者症状不典型,表现复杂,容易延误诊治,致残率和致死率较高。该患者的成功诊治,避免了肿瘤破裂出血的致死风险。另外,嗜铬细胞瘤有家族遗传性,经过基因检测排除突变,解除了孟先生全家的后顾之忧。

这一病例诊治的全程充分展现了多学科诊疗模式在特殊疑难病诊疗方面的成熟应用。

杨嘉麟(上海交通大学医学院附属仁济医院南院)

“三高”家长容易遭遇“开学恐惧症”



知“心”话

心理素质 and 适应能力较差的学生、在学校经常受到老师批评的学生、学习成绩不好的学生、对新环境不能很快适应的学生、部分过于追求完美的优秀生,是“开学恐惧症”的易发学生群。

而很多家长在开学之际,也表现出与孩子类似的症状,焦虑、失眠、心慌、胸闷,甚至表现出比孩子还严重的“开学恐惧症”,这又是怎么回事呢?仔细了解后不难发现,这些焦虑的家长多半有以下“三高”:

■ 对孩子抱有过高期望 一些家长总是恨铁不成钢,为啥自己的孩子就不能变成“别人家的孩子”呢?对孩子抱有不切实际的过高期望,总是拿孩子的短板和人家的长处比,一方面导致自己紧张焦虑,另一方面,也抹杀了孩子的个性和自信心。

■ 对孩子高度控制 有家长总是抱怨,为什么自己的孩子一上中学就变得不听话了,总是要和父母对着干?这种“失控”的感觉让父母非常愤怒和焦虑。然而对青春期的孩子来说,

通过反抗和质疑父母,孩子才能真正确立自我的意识和边界,学会独立思考决策并承担后果,这是培养独立性的必经之路。父母如果只想要个听话的乖孩子,把自己的人生道路复制给孩子,这是不可能成功的,因为孩子将来面临的环境是父母难以预料的,这样做还会剥夺孩子成长的机会,最终会养出一个“啃老”的成年人。

■ 自己长期处于高焦虑水平 还有一些家长,本来就有焦虑易感素质,遇见事情总往糟糕的地方想,一丁点儿挫折都会感到是无法逾越的困难。假期好不容易放松的神经,面对开学又紧张起来了,难以克制自己的各种担忧、愁眉苦脸、唉声叹气。这样的负面情绪很容易在家里“传染”开来,让孩子对上学也产生畏难和逃避情绪。

作为家长,首先要调整好自己的情绪,抱有乐观和坚定的态度,从正面的角度多跟孩子谈谈学校和新学期,多说一些欣赏和鼓励的话语,给孩子信心,帮助孩子顺利度过开学焦虑。如果父母本身难以调节焦虑情绪,不妨寻求专业的心理咨询帮助。刘文娟(复旦大学附属中山医院心理科、上海市医学会行为医学专科分会)

口腔义诊通知

如何从源头扼杀缺失牙、保住天然牙!

“90%的松牙、缺牙问题跟牙周病有关!”牙周病会导致牙龈出血、红肿、牙槽骨吸收,到晚期牙齿会松动、脱落,被誉为口腔“杀手”!但很多人由于口腔健康意识的薄弱,在刷牙出血、牙龈肿痛、口腔异味时并不重视,等到了牙痛的受不了才去严重松动才选择就医。

但这时,牙槽骨已被严重破坏,松牙不得不被拔除。但大多数老人并不愿意拔牙,而且拔牙后的种植费用动辄上万,并不是所有人都能承担的起。如何避免拔牙、避免之后花大价钱种植牙?

本周,原儿院牙周科、副主任医师、交大牙周病科等专家团将为市民朋友进行面对面义诊咨询服务,宣传口腔知识,并针对复杂牙缺失、牙松动、牙槽骨萎缩提出个性化、高质量方案。不想拔掉松牙、残根残冠的朋友,可报名,仅限30个席位,先报名先疗。

刘骁峰
如皋牙科牙周总院
种植总院
交通大学牙周病科
副主任医师、副教授
上海交通大学口腔医学专业委员会
副主任委员

文海燕
如皋牙科牙周总院
牙周种植科中心院长
交通大学口腔医学博士
综合牙科专家
修复专家
中华口腔医学会会员

义诊时间: 9月6日周四下午13:30
义诊地点: 西藏中路18号
港陆广场5楼(近大世界)
义诊报名热线: 021-23301293
或编辑短信
“爱牙+姓名+联系方式”
发送至: 13331917156

义诊咨询热线: 黄卫慧 (2018) 第001109号

口干口臭 有治了

养明口香合剂 已到货

主治: 口臭、口腔溃疡、口干口苦、牙龈咽喉肿痛、便秘、胃灼热痛等。

全市各大药房有售
电话: 62041665

销售地址: [黄浦]南京东路第一医药商店、淮海路各药房、[静安]区各药房、愚园路232号、山西北路208号、中华新路957号、[虹口]四川北路各药房、[徐汇]汇丰各药房、茶陵路216号、[长宁]玉屏南路152号、[普陀]曹杨路673号及复美各药房、[浦东]海阳路622号、[奉贤]南汇城东路268号、[杨浦]长海路349号、[宝山]牡丹江路各药房、[嘉定]沙霞路83号、[金山]恒德药店各药房、[奉贤]解放中路20号、[青浦]青安路210号、[崇明]东门路178号等全市各大药房有售。

灰指甲

复方聚维酮碘搽剂 品牌推荐

用心治灰甲,对抗真菌,有信心!
按疗程使用,灰了指甲,不灰心!

56元/盒
60ml/盒

全市各大药房有售
电话: 62041665