

别让人生后十年在病痛中度过

新世纪发问: 你的生命质量达标吗?

◆ 贺天宝



人们总是希望活得更长一些,但这些多出来的寿命是不是健康、快乐的呢?日前,由百慕迪举办的再生医学体验会上,上海黄浦区卫生计生委主任赵丹丹表示,也许在我们对预期寿命“斤斤计较”的同时,应该更多地关注有品质的健康的日子。

他解释,关于寿命,有三个常用的词:人均寿命、人均预期寿命和人均健康寿命。其中,“人均寿命”与“人均预期寿命”是一回事,是英语“life expectancy”的不同翻译而已。客观来讲,“人均预期寿命”更贴近原义,“人均寿命”反而可能引起误解。

“至于‘人均健康寿命’,这里的‘健康’是指身体机能大体正常,不需要接受护理服务,可以正常、健康进行日常生活的年限,这决定了生命的质量。”赵丹丹说道。

据了解,在世界卫生组织公布的有关国家健康寿命排名中,我国排第81位,国民平均健康寿命62.3岁,相对于目前人均寿命75岁,也就是说,每个人要忍受近10年病痛的折磨。

赵丹丹介绍,来自英国爱丁堡大学的一项研究表明,中国人罹患中风的风险可能会高于高加索人种。研究者称,中风是全世界第二大常见疾病,已成为中国人第二大致死病因和第一大致残病因。据预测,中风在未来数十年内对包括中国在

内的中等收入国家的影响最大。

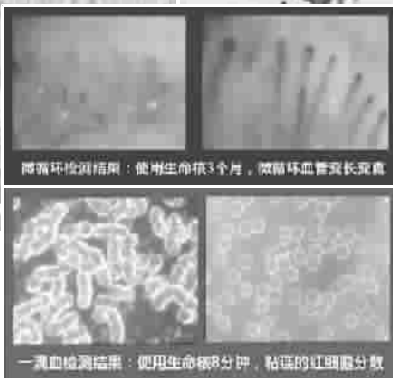
而老人肢体运动功能障碍同样会严重影响患者的日常生活自理能力,降低生活质量。据统计,现有中风病人中有三分之二需要看护照顾;平均每次住院治疗费用已超过二万元人民币,给个人、家庭和社会都带来沉重的负担。

据介绍,生命核通过修复血管内皮、扩张血管弹性,从而使身体血液循环通畅,血液供应增加。这样一来,整个身体的状态就会得到提升,从而达到预防疾病的目的。这种尝试,或许将能为预防医学领域带来一些新的启迪。赵丹丹对此表示,若生命核可以降低心脑血管疾病发病率,就已经是一件好事了。不仅可以

减少社会负担,而且能够延长国民平均健康寿命,提高老人生活质量。

将高血压掌握在自己手中

高血压是最常见的慢性病,也是心脑血管疾病最主要的危险因素,如何将其控制在安全线下是所有患者的第一目标。百慕迪再生医学中心举办的再生医学体验会上,一种新的治疗模式开始崭露头角,它不同于传统医学依靠药物和手术治疗疾病的手段,“生命核”利用电磁信号激活血管内皮祖细胞,并在人体内形成新的血管组织,对于高血压具有一定辅助治疗作用。而“生命核”体积小,通过握在手中进行信号传输,让患者将高血压控制掌



握在自己手中。

电磁类的治疗仪器在上世纪80年代就已出现,但那时候的仪器,效果时有时无,并不具备科学性。复旦大学药学院院长朱依淳教授坦言,在初遇“生命核”时并不看好,甚至怀疑其真实性。带着疑问,朱依淳教授进行了大鼠实验。在实验中,朱依淳教授将患有原发性高血压的大鼠颈总动脉进行手术插管,次日大鼠清醒后,最初每日刺激一次,连续刺激3天,并每日进行总动脉插管来观察血压变化。结果表明,经过三天的实验,大鼠血压明显下降。因此,通过科学实验证明,“生命核”确实有降压效果。

朱依淳教授进一步解释,人体通过血管舒张、收缩,来调节血压。所以血管的上皮细胞,有很多神经机制。这些神经机制,通过一定的频率,给上皮细胞发出指令。而“生命核”发出

的电磁频率,很可能与人类自身的神经频率类似,可以直接与细胞调节连上,从而达到降压的效果。

看好新的再生医学模式

再生医学体验会上,上海交通大学附属瑞金医院内科主任医师惠小平教授表示,降压完全放弃吃药还不能真正实现。在体验过“生命核”整个环节后,他对这种新的再生医学模式保持期待。惠小平认为,如果真的能够做到降低血压、促进血管内皮细胞增殖再生,那么,“生命核”将是保护血管革命性的一种改变。惠小平教授解释,在一个充满了钢筋水泥的房子里,这些钢筋水泥能够屹立百年都不会损坏,但房子里的水管却在几年里就会生锈、损坏。而人的血管就像房子里的水管,受到年龄、饮食、生活方式、疾病等等因素的影响,继而产生堵塞、硬化等症状。人体自身虽然具有一定的自我调节功能,但并不能挽回所有的伤害。

在使用了一次“生命核”之后,惠小平教授观察到血管内的血流速度明显加快,一些存在瘀滞的血管被冲开,原本粘连成一串的红细胞也有了分开的迹象,血液中的自由基明显减少,整个血管的状态有了一定的改善,而这仅仅只是一次的使用。因此,惠小平教授较为看好这项新的再生医学模式的发展前景,但在发展初期,他仍然建议患者保持平时的药量。

期待电子科学和医药科学更深层次结合

朱依淳教授指出,“生命核”这类仪器最早叫频谱仪,早些年曾在国内外非常流行。但以前体积比较大,并不方便使用。“生命核”最大的特点就是将频谱仪小型化,变成一手就能握住的东西,能够随身携带,即使出差都没有问题。这对长期服药的高血压患者来说,提供了很大的便利。

上海岳阳中西医结合医院神经内科副主任、脑卒中单元中心主任张云云教授则认为,“生命核”的推广还需要一定的时间,首先要让民众接受这种新的再生医学模式。另外,也需要考虑到成本的问题,也许将来可以得到医保的支持。

朱依淳教授指出,人体的电流非常弱小,目前还受制于材料科学。细胞集类的研究,也是在最近几年才开始深入。电子科学和医药科学的更深层次结合,在科学认证的基础上,将会在未来得到更好的发展前景。而我们现在所能做的,就是大胆假设,小心求证,只有尊重科学才能发掘出真正有价值的成果,为未来医学可以从“靶向医学”进入“预防医学”奠定基础。

心脑血管疾病是中老年人常见病,可是你知道吗,睡眠、胸闷与心脑血管健康密不可分。中老年人平时睡不好,感觉胸闷,很有可能是心脑血管出了“问题”。然而,由于随着现代人生活节奏的加快,人们平时似乎也无暇顾及心脑血管是否已经开始提前老化。据了解,全球约30%人群睡眠困难,约10%以上患有慢性失眠。随着年龄增长,人的睡眠结构会紊乱,浅睡眠可延长或无变化,但深睡眠会缩短,这可能是许多老人患心血管疾病的诱因。美国一项研究发现,慢性失眠患者发生心脏病、高血压、神经、呼吸、泌尿系统疾病、慢性疼痛和胃肠道疾病的比例明显比未失眠患者高。

虽然有些心脏疾病并不能引起失眠,但是病人往往却伴有失眠。这

主要是因为心脏病患者常常因自己的疾病,增加了心理负担,从而引起失眠;另一方面,心脏疾病本身也会影响睡眠质量。如病态窦房结综合征、心绞痛、由于左心衰引起的心源性哮喘等都可以影响睡眠。

此外,胸闷、胸痛往往是由于供应心脏营养的动脉血管因高血脂、高血压等疾病使血管硬化、堵塞,造成了血液运行受阻或不通。胸闷、胸痛的出现,表明供应心脏营养的动脉血管——冠状动脉已被阻塞了50%以上!而高血压、高血脂不仅造

成冠状动脉血管硬化,引起胸闷、胸痛;还会导致脑动脉血管硬化,而引起头晕、头痛、记忆力减退等症状,如果得不到积极有效的治疗,将引起心肌梗塞和脑中风等严重疾病的发生。

即日起,由新民健康工作室发起,联手百慕迪,共同举办全新的“生命之旅”大型探索活动,与你一起探索了解生命的奥秘。报名前90名读者均可免费参加“生命之旅”大型探索活动,体验看到自己的血管是否老化、僵化等各种有关自身生

命的有趣场景。

热线、短信报名成功者将有机



寻找失眠胸闷“真相” 赶快参加“生命之旅”吧

会亲身参与血管健康免费鉴证活动(65岁以上老人需在家人陪同下前往体验),赶紧拨打新民健康热线或发送短信参与吧!电话:021-62476396,热线时间:周一至周五10:00-17:00,也可发送短信“失眠/胸闷+姓名+联系方式”至15001961787报名。 吴瑞莲