

新民健康



“新民健康工作室”的微信公众号网罗近期医疗科普活动预告、精彩文章、医疗资讯,一应俱全。扫一扫就能订制属于你的“贴身医护顾问”。

本报新民健康工作室主编 | 总第 64 期 | 2015 年 6 月 3 日 星期三 责任编辑:潘嘉毅 视觉设计:竹建英 编辑邮箱:xmjk@xmwb.com.cn

关注 6 月 6 日“全国爱眼日”

告别“十人九沙”时代 迎战“红紫蓝黄白”新眼科疾病谱

◆ 唐若雯

“当我们形容对某样事物的珍惜时,往往会说‘像爱护眼睛一样爱护它’,然而,当真被问到该如何爱护眼睛,对眼睛的疾病到底了解多少时,大家知道的少之又少。”在 2015 年“全国爱眼日”前夕,北京同仁医院党委书记兼副院长、中华医学会眼科分会主任委员,全国防盲技术指导组组长王宁利教授将中国的眼科疾病总结为五种颜色“红紫蓝黄白”,希望公众警惕高发的致盲眼底疾病。



“十人九沙”终结 摘掉“沙眼大国”帽子

2015 年 6 月 6 日,是我国第 20 届全国爱眼日,今年的主题是“告别沙眼盲,关注眼健康”。提及沙眼,今天的年轻人已经知之甚少,然而沙眼曾经是我国第一位的致盲性眼病,“十人九沙”是我国上世纪 40 至 50 年代的真实写照。上世纪 40 至 50 年代,我国是沙眼高发国家之一,城市人群中沙眼患病率达到 30%,农村人群中沙眼患病率达 80%至 90%,人群中沙眼致盲率高达 5%。

沙眼是由沙眼衣原体感染引起的一种传染性眼病,主要传播途径是共同接触的物体或者水。沙眼的感染与生活方式密切相关。反复感染沙眼可以导致睑结膜瘢痕及倒睫,倒睫可以对透明的角膜造成机械性损害,直至角膜混浊而导致视力损伤,甚至完全失明。

王宁利教授谈到,我国防治沙眼工作是从上个世纪 50 年代开始的,医疗服务体系的不断完善和整体医疗服务能力的提升,以及卫生习惯得到广泛推广,使得我国的沙眼流行状况得到有效遏制。

经过几十年的努力,目前我国已经达到世界卫生组织提出的根治致盲性沙眼的标准。这意味着沙眼这个曾经在我国困扰过几亿人的疾病实现根治。调查结果显示,全国沙眼曾经高发的 16 个省(自治区、直辖市)中,目前 1 至 9 岁儿童活动性沙眼患病率和 15 岁以上人群中沙眼性倒睫患病率远低于世界卫生组织提出的根治致盲性沙眼的标准,沙眼在中国不再是公共卫生问题。中国终于摘掉“沙眼大国”的帽子。

红紫蓝黄白:中国特色的眼部疾病谱

随着我国科技进步和医学水平提高,人民健康意识逐步提升,诸多传统的致盲性眼病被攻克了,然而有时发展亦是双刃剑,时代进步了,新的眼部疾病谱以及新的挑战也随之而来。“我们的人均寿命提高了,很多疾病灭绝了,但年龄相关疾病、代谢相关疾病的发病率却迅猛增长,眼科疾病尤为突出。在中国,这种趋势非常明显,而且极有特色。”作为中华医学会眼科学分会的主委,王宁利教授如是说。

世界卫生组织(WHO)认定的三大致盲性眼病——白内障、青光眼和黄斑变性,在我国依然横行。与世界卫生组织呼吁的三大致盲性眼病所不同的,我国的致盲性眼部疾病谱具有中国特色,除青光眼和白内障,以黄斑变性为代表的诸多眼底疾病成为日益威胁人们视力健康的无声杀手,如糖尿病视网膜病变和病理性近视。与白内障的可治疗,及青光眼具有剧烈疼痛感及快速的视力丧失的特性相比,不疼不痒的眼底疾病似乎更具隐匿性和不可逆转的严重危害。

王宁利教授把这种现状概括为五种颜色:红紫蓝黄白,分别代表了糖尿病视网膜病变、病理性近视、青光眼、老年黄斑变性和白内障五大致盲性眼病,其中有三种是眼底相关疾病。

流调数据显示,75 岁以上的老年人的白内障患病率高达 91%,全国有 400-500 万的白内障患者,其中接近一半会失明,白内障仍居我国致盲因素之首。另有数据显示,我国 40 岁以上人口中青光眼患者高达 940 万,其中达到法定盲的患者达 520 万,急性闭角型青光眼如得不

到及时治疗,24-48 小时能即可完全失明。然而,值得欣慰的是,白内障可以通过手术等治疗方案实现治愈从而恢复视力。而青光眼具有疼痛,眼睛肿胀等鲜明特征,容易早期发现并通过用药控制其进展。

眼底病浮出水面 发病愈加普遍

我国眼部疾病还有另外一个显著的特点,就是眼底疾病发病愈加普遍。眼底是人体唯一活体就能够直接观察到血管情况的部位,是反映很多全身疾病的窗口。随着近些年人们生活水平的提高,慢性病的发病率逐年增高,造成与之相关联的眼底疾病,如高血压眼底病变、糖尿病视网膜病变、老年黄斑变性、中央视网膜静脉阻塞等全身性疾病引发的眼底病发病率和患病人群大大增加。

王宁利教授提醒,眼底病是拖延不得的,以湿性老年黄斑变性(wAMD)为例,急性进展期可在短短 2-3 个月内就造成失明的严重后果,即便不是急性发作,如果得不到及时规范化的治疗,2 年内 85.1%的患者视力将降至“法律盲”(注:视力小于 0.1),意味着十人中有八人将失去视力。而规范的治疗也是挽回视力的唯一有效方法,早期足量的用药将为患者带来极大的益处,全球数据表明,雷珠单抗 6 年间减少 50%的老年黄斑变性所致失明。

随着我国国民经济快速增长和人们生活方式的改变,糖尿病患者迅速增加,来自中华医学会糖尿病学分会的流行病学调查显示,我国 20 岁以上的成年人糖尿病患病率为 9.7%。2010 年发表的数据表明我国 20 岁以上糖尿病患者已达 9800 万,是全球糖尿病患者人数最多的国家。2 型糖尿病 5 年以内病程者发生视网膜病变的比例高达 40%,而这一并发症在 19 年病程患者中高达 84%。因此,我国糖尿病视网膜病变诊疗指南中明确建议,对于 2 型糖尿病应在确诊时开始筛查眼底病变,每年随诊一次。

王宁利教授呼吁:“眼病牵一发而动全身,眼底疾病更是如此,眼睛出了问题,很可能预示着你身体的其他疾病,比如糖尿病、肾病、高血压等。一方面,我们需要大家了解眼部疾病,这样才能预防疾病;另一方面,我们需要多学科整合,一起努力消灭眼疾。”

健康圈

日前,由上海交通大学附属第一人民医院主办的“2015 同济护理论坛”在南部会议中心举行。本次论坛以“推动专科护理发展,提升护理品质”为主题,聚焦护理全质量管理和护理安全领域,内容则涵盖护士岗位管理与绩效考核、专科护理团队建设、静脉输液、手术室、内分泌、妇产科、五官科等专科护理领域。

日前,由国家卫计委脑卒中防治工程委员会办公室和上海国际医学交流中心主办、第二军医大学附属长征医院血管外科承办的“第四届中华颈动脉外科高峰论坛暨国际颈动脉外科峰会”顺利举行。

日前,由上海交通大学医学院附属仁济医院头颈外科主办的“甲状腺外科诊治研讨会”成功举办,吸引了本市多家医院的头颈外科、耳鼻咽喉科及普外科的医师及研究生参会。

6 月 4 日上午 11 时,第二军医大学附属长海医院(长海路 168 号)将在门诊 1 楼大厅由风湿免疫科主治医师高洁带来“风湿免疫科的关节炎”科普讲座。

6 月 6 日上午 9 时,前列腺癌的最新进展、前列腺增生的随访、前列腺增生与饮食等系列讲座在上海第十人民医院(延长中路 301 号)1 号楼 15 楼举行,由十院泌尿外科医师彭波、王光春、张海民主讲。

6 月 9 日下午 2 时,浦东新区公利医院(苗圃路 219 号)在门诊健康俱乐部由儿科副主任医师朱玲带来“常见发热疾病的诊断和处理”科普讲座。

6 月 10 日下午 2 时,上海交通大学医学院附属第九人民医院消化内科刘海林医生,在九院新门诊大楼(瞿溪路 500 号)二楼健康学堂带来“消化道早癌的诊治”科普讲座。

在微创下消灭肛瘻中的“硬骨头”

◆ 解雯雯

提到肛门疾病,人们往往首先想到的是痔疮或者肛裂。而且觉得这种小病没什么大不了的,简单洗一洗,涂涂药就能够改善症状或者治愈。殊不知,肛门部位的常见疾病之中还有一个难除的“家伙”——肛瘻。常见的肛瘻位置低、瘻道短、走行浅,这些是“低位单纯性肛瘻”,外科医生可以很轻易地将其除掉。但是,一旦肛瘻中的“硬骨头”——高位复杂性肛瘻出现,即使是经验丰富的肛肠科医生也会头痛,同时患者又身心交瘁,令医生治疗起来举步维艰。

林林谋斌介绍,传统的处理方式全靠医生丰富的经验、敏锐的双眼、灵巧的双手。现在虽多了肛门超声、CT、磁共振等影像设备,但再精密的设备要想完全掌握和摸清对手的底细,还是有可能存在疏漏的地方。传统手术中,医生为了保护肛门的功能,就要用到挂线切割肛门括约肌,引流分泌物,让切割和愈合同时进行,最后治愈肛瘻。这就像在千疮百孔的伤口上再坠上一个秤砣,此外,肛门每天的排便功能,可以想象用坠上秤砣的千疮百孔的肛门排便,是每个经历过传统挂线手术的肛瘻患者难以忘怀的。

现在,医学上已有一种方法能够无痛、微创、快速地消灭高位复杂性肛瘻这个“硬骨头”。21 世纪是微创医疗的时代,视觉医疗的时代,是精准医疗的时代。人们追求更小的切口、更小的创伤、更短的愈合时间,是名副其实的“小时代”。在这个“小时代”里,一种专门用来“看肛瘻”的视频辅助肛瘻治疗技术诞生了。它利用精密的视频设备钻到肛瘻的瘻道里面,瘻道走到哪里,就追到哪里,直接寻找到根源,最后再用精巧的闭合装置彻底地闭合肛门内口。视频辅助肛瘻治疗是一种括约肌保留术式,手术创伤更小、恢复更快,术后肛门功能好。

天然植物中发现抗癌成分 可围歼肿瘤

近日,来自科廷大学(Curtin University)的研究人员证实,科学家们在姜黄根中发现一种神奇化合物——可有效治疗大多数癌症及炎症诱发的疾病。它具有靶点调控特性,可精准围歼肿瘤。

研究者 Gauram Sethi 表示,癌症是由多种基因的异常调节所引发的,因此治疗癌症需要多重靶向作用抑制剂——靶向作用多种失调的致癌级联信号,可有效治疗癌症。而以单个或两个分子为靶点打击肿瘤,往往容易耐药,不能阻止肿瘤成或摧毁肿瘤。

最新研究显示,该物质可调控的肿瘤靶点多达 86 个,其中美国 FDA 已批准可让药物作用的 23 个靶点,包括与肿瘤生长、侵袭、转移密切相关的 VEGF、NF- κ B、STAT3 等。Sethi 表示,它是唯一一个可高剂量使用,且无任何毒副作用的天然制剂。

美国加利福尼亚州的苏尼·派教授在美国癌症控制协会年会上披露,已将其应用于 1000 多例癌症患者的临床治疗,包括胰腺癌、肠癌、肺癌、肝癌等。6 月 3-6 日,科爱生物特邀多名资深专家,结合相关案例剖析讲解交流。预约 64825988; 地址:申医院上海生命科学院内漕宝路 500 号 9 号楼 1 楼。