

和冠心病的发病机理相似

刘杰教授介绍,45岁以上动脉就会逐渐开始发生硬化,动脉的疾病近年来发病率越来越高,老百姓比较熟悉的是冠心病,也得到了大家的重视。但下肢动脉硬化闭塞症则常常被忽略,其实此病和冠心病发病机理相似,都是脂质沉积在血管内膜壁上,使血管硬化狭窄,以致血流不畅,从而引起一系列的症状。它的发病和年龄的增加、过于肥腻厚重的饮食习惯有一定的关系。尤其好发于糖尿病、高血压、高血脂的患者,因此它和冠心病一样,同样需要得到足够重视。

此病既可发生于双腿,也可单腿发病。其早期症状并不是那么明显,可能会被忽视,一般较早期时表现为腿麻、酸胀感、发凉。绝大部分患者是在中期或者更晚的时候才就诊。

临床上更多人是因为发生了“间歇性跛行”才去就诊。所谓间歇性跛行是指患者从开始走路,或走了一段路程以后,一般为数百米左右,出现单侧或者双侧腰酸腿痛,下肢麻木无力,以至于跛行,但稍许蹲下或坐下休息片刻以后,症状可以很快缓解或者消失,病人可以继续行走,再走一段时间以后,上述症状会再度出现。刘杰教授提醒,一旦出现这种症状,就要及时到血管外科做排查,切勿错过治疗时机。

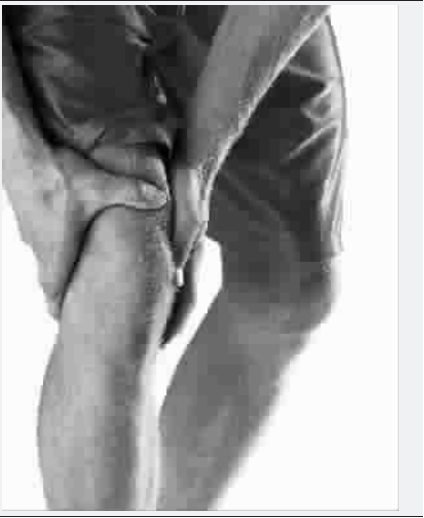
再严重些的患者会出现“静息痛”,即在夜间或者静态下也会发生下肢疼痛。如果任由其发展,很可能就会导致肢体的溃疡,发生坏死。一旦组织发生坏死,就比较难以挽回,治疗起来非常麻烦,还不一定能取得令人满意的疗效。

寻求专业诊断少走弯路

对普通百姓而言,要判断下肢动脉硬化闭塞症是有难度的。临床上容易与之混淆的是骨关节炎。以扪及足背动脉的搏动为例,骨关节炎的足背动脉搏动一般良好,而下肢动脉硬化闭塞症患者的足背动脉会有所减弱或者消失。此外,骨关节炎患者一走路就会疼

血管“年轻态”不让腿先老

俗话说“人老腿先老”,大部分上了年纪的人都有这样的感受,腿脚慢慢开始变得不利索了。说起下肢的疾病,大家对膝关节炎比较熟悉,这的确是最常见的下肢疾病之一。但是,同济大学附属第十人民医院血管外科主任医师刘杰教授提醒,还有一种下肢病也很多见,并且影响老年人的出行,让生活变得不便,那就是“下肢动脉硬化闭塞症”。有不少患者起初会误以为为关节疾病而跑到骨科就诊,其实它是血管发生了病变。只有让血管保持年轻状态,才能有效避免发生下肢动脉硬化闭塞症。



痛,但是下肢动脉硬化闭塞症则是走了一段时间之后才发生疼痛。

还有一个与之“牵扯不清”的疾病是糖尿病足。刘杰教授告知,其实下肢动脉硬化闭塞症与糖尿病足并没有严格的界限,都是下肢动脉闭塞导致的缺血性疾病。但是糖尿病对血管和神经都会造成损害。现在将糖尿病足从下肢动脉硬化闭塞症中筛选出来,目的是使接下来的治疗更加细化。

需要提醒的是,影像学的检查对于下一步的治疗来说有着重要的意义,无论是血管的CT成像,还是血管的核磁共振成像,都有其各自的价值,患者不要排斥进一步检查,只有在对病情了如指掌的情况下,治疗才能更有针对性,更有效果。

防病重细节 保养要适度

刘杰教授指出,从理论上说任何人随着年龄的增长,血管都会老化。但是如果能够有一个良好的生活习惯,那么就可以让血管老化得慢一点,也完全可以缓解下肢动脉硬化闭塞症的发生。因此,建议大家远离烟草,饮食结构合理,荤素搭配,粗细搭配,根据自己身体情况适度锻炼,包括患者也应该有一定的运动量。“功能锻炼”让患者能够逐渐耐受缺血的程度,加快建立侧枝循环,避免远端缺血坏死,但是运动方案必须在医生的指导下循序渐进,不能过量。

患者要时刻注意保暖,但热敷要慎重,有时是非常不适宜的,因为有些患者下肢已经

濒临坏死,热敷温度过高的话,不但不能起到保养作用,反而会导致进一步缺血,加快组织坏死。

高血压病、高脂血症、糖尿病、高尿酸血症都会慢慢对动脉产生不良影响,到最后破坏各种脏器。已经患有慢性病的人一定要到正规医院,找专业医师做正规治疗,延缓疾病进展,避免各类并发症的发生。

正规治疗让病情控制得更好

针对下肢动脉硬化闭塞症的治疗,刘杰教授主张还没有对血管腔产生严重影响的时候,就要进行治疗。首先改善生活细节,同时正规用药,目前最常用的药物是抗血小板药,如阿司匹林,如果患者有糖尿病、高脂血症的话,加他汀类降脂药物,其目的是为了斑块稳定,甚至有些患者的斑块可以缩小,希望病变发展慢一点。

对于影响到患者正常生活的严重症状,或者下肢组织濒临坏死,甚至已经坏死了,这个时候就要想办法开通患者的下肢血管,恢复下肢供血。刘杰教授介绍,以往的办法是动脉搭桥,其对患者损害相对较大,所以现在用得越来越少了。当前主要通过血管腔内的手术方法,比如用球囊将狭窄的地方撑开,或者放个支架,避免回缩,也是把血管通路再次开通的方法,目前使用最多。但支架毕竟是异物,放入血管后不再取出,会对血管产生一定刺激,包括以后患者的下肢活动还是会有所受限,所以又研制了更好的手术方法——“斑块旋切”,这种方法就像在动脉硬化闭塞的地方打一个隧道。“旋切”不放入异物优于放异物,因此主张用旋切治疗,既避免了异物的不良影响,也为复发后的二次治疗提供了条件。

动脉闭塞不可逆,再次发生内膜增生,导致斑块再次堵塞,仍是不能完全解决的难题,而新颖又有效的治疗方法始终在不断探索中。因此,门诊随访不可或缺,可以让医生观察到手术的效果,并且指导患者使用药物,从而让再次出现狭窄的机会延后。患者要坚持终身治疗,定期到门诊和医生交流,让自己的病情控制得更好。

柏豫 图 TP

孝敬父母从关爱牙齿开始

古代圣人孟子说：“惟孝顺父母，可以解忧。”我们每一个人的健康成长，都离不开父母的悉心呵护；当我们偶有病痛，父母们心急如焚；当我们事业不顺，父母们牵肠挂肚……而今，操心操劳大半辈子的父母年事渐高，身体渐弱，作为儿女的我们，更应该好好地感恩和回报。而体现孝心的最好方法就是关注和改善老人健康的每一个细节。

调查表明：7成以上中老年人存在不同程度的牙龈萎缩、龋齿等症状；很多人牙齿脱落，都未及时就医。而牙齿缺失更是给老人生活带来不便。

牙齿缺失 老无所“依”

“百善孝为先”。尽管年迈的父母可以保持心理上的年轻，但是感觉笑容不自然，吃不了喜欢的食物，甚至自信心也大不如从前……面对父母那口老旧寒酸的牙齿，你是否想过该为他们做些什么呢？

其实，对于老年人来说，需要的并不是格外的修饰，也许舒舒服服地装上假牙就是他们最大的满足。

生活中，相当一部分老年人并不是不想装假牙，可能是出于怕麻烦，觉得镶牙费时间，戴假牙会难受，或者是经济上考虑等原因，一拖再拖，错过了镶牙最佳时机。

牙齿是咀嚼食物、消化吸收营养的基本保证。当老年人不断缺牙，少牙时，对食物的选择就有很大的局限性。不少老人免疫功能下降、人消瘦、显老、走路无力，这些都由老年人缺牙、少牙不及时镶补有密切关系。很多老年人误把口腔问题当成小事，总觉得无所谓，平时发现口腔内个别牙齿松动脱落，却不积极治疗，被动等待其余牙齿自行脱落。这样不仅会加重牙周炎的发展，造成

更早更多的牙齿丧失，等到牙齿所剩无几的时候，美味佳肴也就只能吃上一点点，而且还是囫圇烂咽对付一下，食物无法消化，营养无法吸收，对身体健康极为不利。可惜的是很多老年人始终还没有意识到牙齿对健康的重要性，其实，镶上假牙就能够咀嚼，帮助消化吸收营养，提高自身免疫力，减少疾病。

一口假牙 孝心无价

有些老年人因经济原因，想装一副假牙有一定难度，但不愿开口向小辈求助。老人理解小辈，而小辈又该为他们能做些什么呢？

其实，看牙病和装假牙并不难！及早重视抽出一段时间陪父母到牙科门诊咨询一下，为父母选择一副合适的假牙，如同配一副合适的老花镜那样方便。目前，口腔行业专为老年人镶牙的材料越来越多，已经不是当年的胶托，大钢托了，现在的材料和以前人不相同了，完全不必担心。医用纯钛和谐必灵、维他灵材料制作假牙基托支架，几乎像纸一样轻薄，质地却坚硬无比，又有韧性。基托薄，重量轻，效果好，感觉极为舒适，异物感小，适应快，不影响发音，并且有很强的吸附力，大大提高咀嚼效果，这些材料可以巧妙灵活设计成网状支架。不用拔残牙、残根，即使今活掉了真牙、残牙、残根，依旧可以在网状支架上直接补上假牙，而再次补上这些假牙都是免费的，戴习惯的假牙支架完全不用更换，经济又实惠。

“谁言寸草心，报得三春晖”让老年人尽情地尝，畅快地说，自信地笑。愿自然舒适的活动义齿成为你的一片孝心，成为你父母“口”中的终身伴侣。

文：石亦华

上海夕阳红口腔门诊部

联系电话：021-62490819 62498957

地址：静安寺万航渡路1号环球世界大厦副楼（B座）10楼

24小时服务热线：962555 编辑邮箱：pjy@xmwb.com.cn 读者来信：dzlx@xmwb.com.cn

美国克利夫兰癌症研究中心研究发现：多靶点有效剿灭广泛转移的癌细胞

◆ 解雯雯

大量临床经验表明：癌症患者术后1年复发率为60%，至少80%患者在5年内死于复发和转移。得了癌症以后，经过三大疗法：手术、化疗、放疗的治疗以后，很多患者都以为治愈了。他们大多不知道在治疗结束的3年内还是癌症复发的高发期。一般来说，手术和放疗有时可能不能彻底清除体内癌细胞，而人体内又会产生新的癌细胞，一旦肿瘤复发之后，有可能会更加凶猛，让治疗变得更加棘手。此时体内的癌细胞可能广泛转移，人体正常细胞处于比较虚弱的状态下只能被癌细胞肆意侵略。

癌症的复发和广泛转移是一种信号传导的过程，需要多靶点、多环节的调控，多靶点治疗有可能全面抑制癌症的传导通路，多靶点的治疗可以帮助接受三大疗法后的患者来一次比较彻底的癌细胞清扫，破坏体内新的癌细胞生成所需要的环境以及阻止肆意广泛转移的癌细胞。

美国克利夫兰癌症研究中心发现的MCBM是一种纯天然、具有靶向免疫调节作用的活性物质群，作用于肿瘤信号转导网络中多个靶点，其作用表现在3个方面：

- 1. 肿瘤相关基因调控：**肿瘤是由于基因突变以及抑制肿瘤的基因失活造成的。扼断肿瘤激活基因表达和作用，提高抑癌基因活性是控制肿瘤的根本。
- 2. 肿瘤信号的多靶点阻断：**多靶点阻断多种导致肿瘤细胞生长及转移的信号传导通路，靶向攻击肿瘤细胞，促使肿瘤细胞凋亡，不损伤正常细胞，控制癌细胞的广泛转移。
- 3. 癌细胞能量通路的切断：**通过阻断NFkB、STAT3、EGF、VEGF、Wnt/HER等信号转导途径，从而达到抑制癌细胞增殖及对广泛转移的癌细胞彻底剿灭目的。尤其适用于对单靶点抑制剂产生了耐药性的癌症患者。

新民健康事业部携手美国克利夫兰癌症研究中心 援助 2015 年“羊”帆起航再出发

(新民健康读者优先审批)。

- 对于不符合全额援助条件的患者，可以参加美国克利夫兰癌症援助计划的爱心大使分享计划，获得援助机会。
- 申请前请致电 400-6688-886 详细咨询援助自备材料，减少审批等待时间。
- 报名方式：拨打 4006-688-886 报名，或编辑短信“姓名+肿瘤类别+联系方式”到 13651854701

2015 年为了让尽可能多的肿瘤病人都可以得到国际援助的机会，体验世界领先的高科技成果带来的希望。“中国癌症患者援助项目”将围绕“纯天然、高效而无毒副作用”的天然靶向技术进行，符合条件者中医医学将帮其得到援助。

爱心大使援助活动：

- 美国克利夫兰癌症研究中心将在 2015 年新年 3 月将发放 20 个全额援助名额