

健康新领域

中国重视转化医学研究

子轩

据最新统计数据，截至今年4月底，过去3年来，中国已建立各类临床和转化医学研究中心/平台机构等129家，分布于全国21个省区市的大学院校、三甲医院和重点生物医学研究院所等，由多位两院院士、“863”、“973”首席科学家等领衔，研究领域涵盖肿瘤、心脑血管疾病等多种重大疑难疾病基础与临床研究领域。这是在近日举办的“中美临床和转化医学国际论坛”发布会上，全球医生组织中国代表时占祥透露的。

时占祥说，近年来，国际医学界越来越重视转化医学研究，部分国家已将转化医学领域作为生命科学的重点战略发展方向之一。2006年以来，美国及欧盟分别设置了临床与转化科学基金，将其纳入21世纪战略发展路线图，每年基金资助转化研究项目经费高达数亿美元和数十亿欧元。

与此同时，我国的转化医学也成为国家在生物医学领域里的一个重大政策，“十二五规划”中指出：“以转化医学为核心，大力提升医学科技水平，强化医药卫生重点学科建设。”

转化医学是近10年来生物医学科学领域发展延伸的新理念，转化医学研究倡导以患者为中心，发现和提出科学问题，密切基础与临床科技工作者的交叉合作。本次论坛以“更好的交流，带来更丰硕的成果”为主题，全面展示了近年来转化研究最新成果。来自美国、欧盟的我国多所著名大学或研究机构的知名科学家到会发表演讲。

健康互联网

控制胆固醇要心中有数

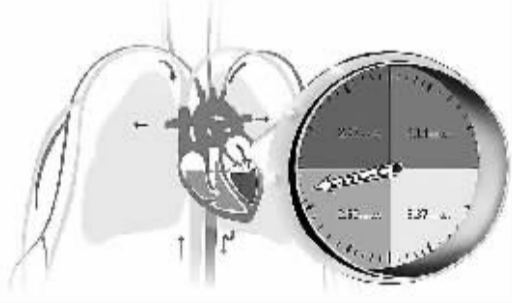
文心

研究显示，冠心病死亡中，77%归因于胆固醇水平的提高，远远高于高血压、糖尿病等其他与冠心病相关危险因素。在近日由中华医学会心血管分会、中国胆固醇教育计划项目等组织的“血管健康日”活动上，北京大学人民医院教授胡大一指出，高胆固醇是引发冠心病和脑卒中的罪魁祸首，控制胆固醇，要做到心中有数。

胡大一说，胆固醇主要分为高密度脂蛋白胆固醇和低密度脂蛋白胆固醇两种，前者对心血管有保护作用，是“好胆固醇”；后者会附着在血管壁上，一旦过量，就会导致动脉粥样硬化，因而被称为“坏胆固醇”。血液中的“坏胆固醇”增多时，在血管壁上形成小斑块，逐渐堵塞血管，使血流变慢，引发冠心病和脑卒中等心脑血管疾病。更危险的是，不稳定的斑块破裂或脱落，会在短时间内堵塞血管，导致急性心肌梗塞或脑中风，危及患者生命。

胡大一强调，国际上普遍用“赤橙黄绿”来标示血管健康程度，红色表示极高危，橙色表示高危，黄色表示中危，绿色表示低危。赤橙黄绿，分别代表了未来10年内发生心脑血管事件的危险程度，警示我们关注胆固醇，减少心脑血管疾病的意外发生。

北京大学第一医院老年病科主任刘梅林说，不同危险水平的患者，胆固醇的正常范围不同，患者的整体心脑血管危险越高，LDL胆固醇水平就必须降得更低。影响心脑血管整体危险评估的主要因素包括高血压、冠心病、糖尿病、年龄（男≥45岁，女≥55岁）、吸烟、高密度胆固醇（HDL-C）低、肥胖和有血管病家族史等。应根据不同的风险，把胆固醇水平严格控制在合适范围。



赤橙黄绿血脂危险分层

北京安贞医院教授张苗说，70%的“坏胆固醇”是由人体自身合成，且这种合成是不断进行的。对此，坚持服用他汀类药物降低“坏胆固醇”，能够显著降低心脑血管疾病的风险。

张苗表示，从中国卒中流行病学数据可以看出，与高血压相关的出血性卒中的发生率已出现下降趋势，但与高胆固醇、动脉粥样硬化密切相关的缺血性卒中发生率正在持续上升。

专家强调，健康是有颜色的，不同人群的心脑血管疾病的危险程度也不相同。当患者了解自己血管的“健康颜色”（危险程度）后，就可以根据不同颜色判断自己的胆固醇控制目标，真正做到控制胆固醇，心中有“数”。

健康关注

最新数据显示，全世界每年约有120万妇女患乳腺癌，50万人死于乳腺癌，乳腺癌被称为女性第一癌。近日，美国好莱坞37岁的女星安吉丽娜·朱莉因携带缺陷基因，被诊断出罹患乳腺癌的概率高达87%，为了阻止癌症的发生，她接受了为期3个月的双侧乳腺切除和乳房整形手术。中山大学肿瘤防治中心乳腺癌首席专家杨名添教授表示，提前切除乳腺无法将患病风险降为零，乳腺癌发病风险会随着年龄增长而增加。

手术预防乳癌风险是否可取

本报记者 喻京英

术后患癌的风险降至5%

朱莉称，其母因患癌症于56岁去世。经检查，这是因为她携带了一种名为BRCA1的缺陷基因。医生从其家族史和基因判断，她患乳腺癌的风险高达87%。为降低患癌风险，她最终决定先实施手术。术后她患乳腺癌的风险被检测降至5%。朱莉在美国媒体上高调刊登回忆文章，引起世界各地女性的普遍关注。

什么是BRCA1基因？据杨名添介绍，BRCA1被称为乳腺癌敏感基因，这种基因正常人体内都存在，只有当这种基因出现突变时，患癌风险才会增加。根据欧美的调查，有家族史且BRCA1检测出异常的人群中有80%会在一生中患上乳腺癌，其中70岁以前患上的几率为55%，70岁以后患上的几率在85%以上。

专家表示，虽然大部分的乳腺癌病例都非基因所致，但是带有BRCA1基因的人患乳腺癌的几率比普通人平均高出65%，而且没有任何药物可以预防。因此，选择预防性乳腺切除，可大大降低患癌风险。但这种预防措施对于低中度发生乳腺癌的妇女来说并无必要。

基因检测预知疾病风险

通过基因检测，医生可以预知某人



患某些疾病的风险（主要是肿瘤、糖尿病等有遗传因素的常见疾病）。但它能给出的只是“风险”，而不是确切结论。尤其对于大多数疾病来说，遗传基因并不是决定性因素，环境因素和随机事件因素对健康的影响通常会更大。

调查显示，中国患者BRCA1出现异常的比例不超过5%，因此BRCA1并没有纳入我国乳腺癌检查的常规项目中。即使因为基因突变而切除乳腺，患上乳腺癌的风险也无法完全去除，并且乳腺癌的患病几率随着年龄增长而增加，可能在60、70或80岁才出现。为此，杨名添建议，通过早期筛查可预防乳腺癌，比如进行定期彩超检查，做到早发现、早治疗。至于BRCA1基因检查，可根据个人需要进行。

浙江省肿瘤医院乳腺外科主任杨红健说，朱莉对自己患病风险的评估，是通过“盖尔风险模型”推算出来的，但这种西方的推算模式不一定适合东方人。除此之外，遗传史，生活环境和生活方式也是导致发病情况不同的重要原因。朱莉的选择未必适合所有的人群，不建议国内人群简单地根据基因评估来做预防性的乳腺切除手术。

三种途径预防乳腺癌

目前，乳腺癌预防一般有3种途径：生活干预、化学预防和预防性的乳腺切除。

生活干预主要包括饮食和生活习惯改变等，其效果有限。化学预防指采用一些化学药物来预防患病，这一方式虽然能减少发病率，但无法使发病率大幅下降，且具有一定的毒副作用，只适用于极少

数容易患病的高危人群。杨红健认为，预防性乳腺切除对乳腺癌患病高危人群而言，的确是较为有效、且无其他副作用的预防方案。当然，切除后医生一般会进行乳房再造，但再造后的乳房将无法实现哺乳，对美容效果也具有一定影响。

专家提醒，女性要健康饮食、适度运动，保持良好心情，此外，应定期做

乳腺癌筛查，还要学会做自我乳房检查。40岁以前，如果是非高危人群，应定期体检；40岁之后，应到正规医院做乳腺癌相关检查，根据医生建议，选择需要再做什么检查，多久做一次等。

自我乳房检查最好每月一次，注意乳房的大小是否对称，是否有小结节，乳房的皮肤、位置有无变化等，发现有可疑的变化时，应及时去医院做专科检查。

乳房从青春开始保养

- (1)注意姿势。平时走路要抬头挺胸，收腹紧臀；坐姿也要挺胸端坐，不要含胸驼背；睡眠采取仰卧或侧卧，不要俯卧。
(2)避免外伤。在劳动或体育运动时，要注意保护乳房，避免撞击伤或挤压伤。
(3)做好胸部健美。主要是加强胸部的肌肉锻炼，如适当多做些扩胸运动或俯卧撑，扩胸健美操等。
(4)局部按摩。坚持早晚适当地按摩乳房，促进神经反射作用，改善腺垂体的分泌。
(5)营养要适度。青春期女性不能片面地追求曲线美而盲目地节食、偏食，适量蛋白质食物的摄入，能增加胸部的脂肪量，保持乳房丰满。

健康资讯

智障人士创作制作环保袋

本报电（思楠）屈臣氏近日携手国内知名公益组织慧灵智障人士服务机构，共同发起“乐爱行动·画出缤纷”活动，以发掘及培养智障学员的艺术才能，帮助他们创造缤纷欢乐世界。本次活动中，屈臣氏精心挑选的由慧灵智障学员创作的优秀画作，并制作成精美实用的环保袋，在北京、上海、广州等城市的店铺及屈臣氏网购平台销售。

老年宜居社区标准基本完成

本报电（罗依琳）中国老年宜居社区（基地）标准研讨会近日在重庆举行。来自中国老龄产业协会、中国标准化研究院和各养老企业的代表，共同探讨了养老社区环境、设施设备、服务管理、经营能力等多项标准。该标准将推进中国老年社区规范化，为行政部门在养老项目立项上提供依据。目前老年宜居社区标准已基本完成。

胎记患者复美基金启动

本报电（李洪生）由北京祥云医疗集团携手北京中华公益事业基金会主办的“全国青少年胎记患者复美基金”在京启动。该基金资助对象均为24周岁以下患有太田痣、咖啡斑、鲜红斑痣以及其他毛细血管扩张等贫困家庭的青少年患者，为了让患者得到正确的治疗，集团出资100万元，资助100名患者。

健康公益活动在京举行



2013年中国健康知识传播激励计划（吃动平衡，走向健康）系列公益活动近日在北京举行。国家卫计委、国家体育总局、中国记协联手呼吁大众吃动平衡，走向健康，加强体育锻炼。来自各大企业、机关、学校的近5000余人共同参与了健走活动。 樱子摄

健康新概念

新技术治疗幼儿喉乳头状瘤

张献怀

近日，解放军总医院第一附属医院为2岁的女童瑞瑞治疗喉乳头状瘤取得良好效果。据该院耳鼻喉科主任周成勇介绍，采用低温等离子切除加光动力疗法治疗喉乳头状瘤患儿，目前已有3例成功，术后最长1年多，均未复发。

瑞瑞刚学说话时发现声音嘶哑，并逐渐出现呼吸困难，经当地医院检查发现喉内长满瘤子，考虑是乳头状瘤，先后做

了7次手术，但效果并不明显。

今年初，其家人带她来到解放军总医院第一附属医院耳鼻喉科求治。周成勇等为患儿施行了低温等离子切除喉乳头状瘤切除术加光动力治疗。经过3次治疗，患儿喉部瘤体消失，呼吸顺畅，说话恢复正常，病理检查未见乳头状瘤细胞，患儿已痊愈出院。

据介绍，该手术是一种具有选择性杀伤病毒感染细胞的而对正常细胞无影响的新型治疗方法。

寿星秘诀

百岁夫妻

携手走过“橡树婚”

本报记者 赵树宴 文/图

结婚83载，携手走过近3万个日日夜夜，这是一段怎样的感情与恩爱？山东省乳山市白沙滩镇官家村101岁的宫德云和104岁的孙玉翠两位老人，属于婚龄最长的“橡树婚”。

记者来到官家村村口，向村民打听宫德云、孙玉翠两位老人时，村民们十分热情地介绍：“他们是十分和善的老人，与村民的关系相处得很融洽。”一位村民说，自己小时候就常到老人家来玩，老人处事待人很热情，村里的村民都尊敬他们。

据介绍，两人于1930年结婚，由于年岁已高，宫德云现在下地活动要拄着

拐杖。孙玉翠从10年前开始小脑逐渐萎缩，所以平时下地都要有人搀扶才能行走。

两位老人共有6个子女，其中5人在外地工作生活，只有老四官昌启与妻子陶洪芝在家照顾老人，如今已是五世同堂，儿孙绕膝。说到儿媳陶洪芝，孙玉翠就会亲切地拉起儿媳的手说“真好。”其他的子孙也都会在节假日回到老家看望老人，而老人每逢生日或重大节日前，镇上的领导都会到家中慰问。孙玉翠老人告诉记者，自己最想念的就是孙子。

陶洪芝说，心胸豁达是老人长寿的秘诀之一。另外，老人不挑食，“我爹最喜

欢吃面条，我妈最喜欢吃饺子。”陶洪芝告诉记者，两位老人家里都有长寿基因，孙玉翠的母亲去世时近90岁，宫德云的父亲去世时近80岁，宫德云仍在世的弟弟妹妹也已经94岁和97岁了。家人认为家族遗传也是老人长寿的原因之一。两位老人生育的6个子女身体也十分健康，年龄最大的女儿今年已经82岁。

据了解，世界上婚龄最长的吉尼斯纪录是由英国人的史密斯夫妇创造的，两人结婚80余年。令人遗憾的是，由于宫德云和孙玉翠结婚较早，结婚证已经遗失，目前无法申请吉尼斯世界纪录。

