

医学前沿

近年来,不少国家栋梁、社会名人、商界精英,在风华正茂之时,猝然离世。究其死因,均为心脏性猝死。中国医学科学院北京阜外心血管病医院教授张澍,作为全球首席研究者,近日带领团队启动了一项名为IMPROVE SCA的全球临床试验。这项临床试验将在全球15个国家和地区的100多家医院开展,共同研究1.5级预防心脏性猝死的临床意义。我国有包括北京阜外医院、四川大学华西医院等25家医院参与其中。

据张澍介绍,心脏性猝死是指由心脏原因导致的、在急性症状发生后1小时内的自然死亡。各种心脏疾病均有发生心脏性猝死的可能,中国心脏性猝死发生率为41.84/10万,心脏性猝死的总死亡人数高达54.4万/年,位居全球之首。

根据目前的心血管病防治指南,我国已有针对心脏性猝死的一、二级预防标准和措施。二级预防是对已发生过心脏猝死的患者实施预防,

我国开展心脏性猝死1.5级预防

张海涛 里超



植入埋藏式心律转复除颤器(ICD)防治心脏性猝死。ICD和起搏器大小相仿,植入皮下,可持续监护患者的心脏状况。当患者在任何情况下发生室速或室颤时,ICD自动选择合适的方式包括释放有效的电击进行治疗,及时挽救患者的生命。然而,二级预防手段显然难以惠及整个心脏性猝死的高危人群。

日前,在欧美发达国家被普遍接受并应用的是一级预防标准,这是针对未发生过心脏猝死的高危人群实施的预防。一级预防是通过临床诊断,发现潜在的高风险患者并尽早植入ICD。但在我国,由于ICD应用的医保政策及其他原因,一级预防工作并没有完全开展,更无法满足治疗心脏性猝死患者的临床需求。

为此,中华医学会心电生理和起搏分会的专家共同提出了1.5级预防的概念。所谓心脏性猝死1.5级预防,是在国际公认的一级预防基础上,再增加四大高危因素即EF(射血分数)<30%、频发室早、非持续性室速、晕厥及晕厥前兆等高风险因子。1.5级预防细化了预防标准,有利于根据不同风险科学识别心脏性猝死高危人群,从而进一步加强防治。

医说新语

减肥有助于控制II型糖尿病

程多

美国克利夫兰医学中心的一项研究发现,患II型糖尿病的肥胖患者接受减肥手术后,其糖尿病症状可得到高效并长期的控制。术后3年内,几乎所有患者无需再使用胰岛素控制血糖,多数患者甚至无需再接受药物治疗。《新英格兰医学杂志》近日发表了此项运用手术和药物治疗糖尿病有效性研究的试验成果。

研究还表明,与接受药物治疗的糖尿病患者相比,接受减肥手术的患者术后生活质量得到提高,对于控制血压和胆固醇的心血管药物的需求也有所减少,仅有5%至10%的患者使用胰岛素控制血糖,而接受药物治疗的患者中,55%仍需使用胰岛素。

肥胖是引发II型糖尿病的主要因素之一。在美国,大约每3名成年人中就有一名肥胖症患者,因此,健康专家特别发明了一个医学名词“糖胖病”(由糖尿病和肥胖两词的英文单词组合而成)来形容这种流行病。克利夫兰医学中心内分泌和新陈代谢科首席研究员、内分泌学家桑吉·卡西亚普博士表示:“很多病人的生活被糖尿病毁掉了。而通过3年来对减肥手术与糖尿病的研究,我们发现,减肥手术能更好地治疗轻度及重度肥胖症患者的II型糖尿病,且疗效可持续3年之久。在接受减肥手术的患者中,有90%以上成功减重25%,而且他们无需胰岛素和其他药物就可控制糖尿病。”

专家表示,减肥手术不仅可治疗重度肥胖的II型糖尿病患者,对于轻度肥胖的II型糖尿病患者来说,也同样有效。



查成因 分性质 助康复 防复发 中医辨证诊治妇科肿瘤

喻京英

事妇科肿瘤防治已近30年。从传统中医结合现代医学的角度,赵教授对防治妇科肿瘤提出了自己的观点。

提起肿瘤,大多数人首先想到的就是手术。然而对妇科肿瘤来说,还有一种行之有效的方法——中医辨证疗法。中国中医科学院广安门医院妇科主任赵瑞华教授介绍说,中医辨证疗法并不是一种新近才出现的治疗方法,它是多年来祖国传统医学治疗妇科肿瘤的主要手段,也是国际医学界密切关注的一种肿瘤治疗方法。

作为北京市中医特色诊疗中心学术带头人,赵瑞华教授从

遇肿瘤: 首先分清良恶性

四诊的宏观辨证中,与西医诊断方法有机结合,能够更有效地筛选、分流患者。

譬如卵巢囊肿,医生会要求患者在规定的周期内复查,排除生理性囊肿,然后根据病史、症状、超声检查情况、CA125等肿瘤标志物来综合判断。确认良性可能性大的,才建议中医治疗。

当然,肿瘤的良恶性也并非一成不变,有些良性肿瘤如不及时治疗,可转变为恶性肿瘤。中医治疗期间,也需要定期复查。一个总的原则就是:恶性的,要早诊断、早控制、早治疗;良性的,要早治疗、防恶变,定期复查。

每一位女性都有可能与妇科肿瘤不期而遇。很多女性在体检B超检查时被发现子宫肌瘤或

查病因: 寻找形成可能因素

任何疾病的发生都是有原因的,肿瘤也不例外,只是在很多的时候我们没有找到明确的原因而已。祖国医学认为,

女性经、孕、胎、产、乳均为血所化,血所养,故女子以血为本。而血与气互根互生,相互依存。气为血之帅,血为气之母,血足则气旺,冲任调达,则生理功能自然正常,反之则变生百病。所以女子诸疾与

气血失调有关。气机阻滞,不能帅血畅行,则血行受阻,日久成瘀;肝失疏泄,气机不畅,气滞则水湿内停,脾失健运,水湿不化,聚湿日久成痰,痰湿瘀血又可阻滞气机,循环往复,使病情不断加重。痰瘀互结,阻于胞脉,渐成癥瘕。

譬如子宫内膜异位症最常见的巧克力囊肿,其病因是子宫内膜异位到卵巢。在每次来月经时,移居在卵巢里的子宫内膜就会出血,无法排出体外而淤积在卵巢里形成囊肿。这种囊肿的内容物为咖啡色,粘稠得像巧克力,所以又称为卵巢巧克力囊肿。

临床发现,患有卵巢巧克力囊肿的女性,在经期常常会有痛经的现象。专家表示,如果长期这样还会导致女性不孕,所以千万不要小看了卵巢巧克力囊肿。痛经是子宫内膜异位症最明显的症状,却是最容易忽略的先兆。许多年轻女性,凭年轻的资本而不保养身体,经期肚子疼痛也不当回事,长此以往,就容易犯病。

妇科肿瘤的病机为气血失调。阴血不足与妇科病有着本质的联系。中医中药治疗此病是从整体入手,活血化痰,软坚散结,扶正固本,全面调整而使气血畅行。



3、保证睡眠,补充能量。熬夜对于女性来说,会导致阴血的暗耗。充足的睡眠有助于阴阳平衡,补充人体能量。中医理论认为,子时和午时都是阴阳交替之时,也是人体经气“合阴”及“合阳”的时候,有利于养阴及养阳。养成睡午觉的习惯对保证身体健康有好处。

4、适度运动,调节气血。适度运动对于女性来说不可或缺。从中医的角度,不提倡挥汗如雨的健身运动,因为中医讲“大汗亡阳”、“血汗同源”,大量出汗会损失人体的津液气血而使气血亏虚,筋脉失养,反而对健康不利。

赵瑞华认为女性可以练瑜伽,但是,她表示,现代人更倾向于瑜伽的肢体课了,而忽略了它的本质。“可以先走进来,再悟”。因为长时间的禅坐不利于气血运行,锦上添花的瑜伽肢体练习可以使其不感到枯燥,而且可以调节气血。

治肿瘤: 中医讲究辨证施治

赵瑞华说,门诊来看病的分两种人,一种是有症状表现的,另一种是体检发现有妇科肿瘤的。

譬如子宫肌瘤,是发病率最高的妇科肿瘤,大概1/3的成年女性都有子宫肌瘤,在35岁以上妇女中,每4至5人就有1人患有子宫肌瘤。它有一定的遗传性,但不害怕,95%至98%的子宫肌瘤是良性的。

很多人是在体检时发现自己患上子宫肌瘤,也有很多人终生都不知道得了这种病。绝经后,子宫肌瘤一般会慢慢萎缩。如果伴有月经量多、月经紊乱时,可用中医来治疗,缓解症状,控制瘤体生长。当然,对于粘膜下的子宫肌瘤,或者特别大的子宫肌瘤,建议考虑手术治疗。

对于子宫内膜异位症和子宫腺肌症,中医中药治疗可以缓解痛经、改善月经异常,提高妊娠率。小于3至4厘米的卵巢囊肿,可以尝试中药治疗;而对于较大囊肿,手术后建议配合中药治疗预防复发。这也是中医治疗妇科肿瘤的优势所在。某些妇科肿瘤手术后容易复发,因为手术切除的只是形成的瘤体,形成瘤体的根本原因与脏腑功能的紊乱有关,所以术后中医的整体治疗是非常重要的。当然,还需要定期复查肿瘤标志物,如CA125等,来追踪判断。

赵瑞华强调,中医不是万能的,老百姓也不能迷信中医。虽然妇科肿瘤有良恶性之分,但并不是说良性就无害,可以放任自流,有些良性肿瘤同样可以危及生命;恶性肿瘤也并非无救,临床上发现及时,治疗得当,带瘤生存、与瘤共存的人也比比皆是。

由赵瑞华主任带领的广安门医院妇科团队已经结题的“十一五”国家科技支撑计划“中药治疗盆腔子宫内膜异位症的临床研究及疗效评价”,通过中药辨证论治与西药(GnRH-a类药物、孕三烯酮)预防子宫内膜异位症保守手术后复发的随机对照、多中心、前瞻性临床研究显示:中药对盆腔子宫内膜异位症保守术后的复发有很好的抑制作用,能明显提高患者的生活质量,提高妊娠率,尤其适用于伴有不孕或有生育要求的患者。

链接

女性防肿瘤做好日常4功课

1、调节情绪,避免焦虑。女性经期容易出现焦虑、烦躁等一系列情绪问题。有些人可能认为理所当然。其实,不管是经期还是平时,消极的情绪会影响女性内分泌功能,长此以往容易导致疾病的发生。

2、做好护阳,不要受寒。尽可能地避免寒、凉。现代女性喜欢穿低腰裤、露肚脐,夏天呆在空调房里甚至大冷天还吃冰淇淋,很容易成为寒邪的首选目标,引发月经异常、下腹疼痛、痛经等不适。

健康资讯

呼吸疾病临床医学研究中心启动

本报电(贺鹏)国家呼吸疾病临床医学研究中心近日在北京医院成立。该中心将通过创新运行机制、整合资源、建立临床研究网络、开展大规模多中心研究等方式,构建我国现代临床医学研究体系,提升临床研究能力,推动我国对呼吸疾病的科学防治。

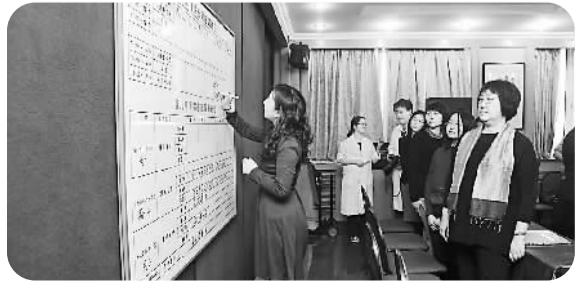
中华医学会与武田签署合作协议

本报电(郭文婷)中华医学会近日与日本武田(中国)签署了学术合作备忘录。根据合作备忘录约定,双方自2014年开始,将连续5年在两国间轮流举办中日医学交流论坛,共同促进两国学术交流。

“守护天使”志愿者近5000人注册

本报电 近日,首都儿科研究所等8家志愿团体完成了规模性的“守护天使”签约合作项目。据悉,自北京市医院管理局公开招募“守护天使”志愿者以来,已有近5000名通过“志愿北京”网络登记注册。

图为11家北京所属医疗单位组织“守护天使”志愿者认领服务岗位。 池杨摄



健康新概念

乳腺癌治疗引入全程管理理念

文心

全程管理理念已成为乳腺癌治疗的新指针。所谓全程管理,就是希望患者在一个合理的时机选择一个合理的手段。“我们的策略是,能治好的一定不要折腾,能争取治愈的一定不要懈怠,不太能治好的也不要放弃。这是我们的基本原则。”这是在日前举行的第七届乳腺癌高峰论坛中,中国临床肿瘤学学会执行委员会副秘书长、军事医学科学院附属医院乳腺肿瘤科主任江泽飞教授强调的。

江教授说:“乳腺癌全程管理理念”主张从长期、系统性的角度看待乳腺癌治疗。它建立在乳腺癌规范化诊疗的基础上,强调多学科共同协作,从疾病诊断到康复全过程,从疾病治疗、体型重塑、心理康复等多个方面帮助乳腺癌患者更好地抗击疾病,获得新生。

有数据显示,2012年乳腺癌发病平均年龄为56.4岁,35岁以下发病人群仅占3.55%,发病年龄主要集中在50

岁左右的中年女性,即更年期女性,乳腺癌并未显现所谓的年轻化趋势。

江泽飞对此表示,我国乳腺癌发病率上升,死亡率下降,一方面得益于治疗手段的进步和医保覆盖面的扩大;另一方面与乳腺癌健康知识普及以及人们的早诊意识增强有关。此外,从整体治疗效果而言,乳腺癌治疗效果相对其他癌症要好,5年生存率可达到80%。

健康互联网

近七成市民膳食脂肪超标

长工

“大量研究表明,慢性疾病的流行与膳食结构不合理密切相关。中国居民营养监测数据显示,有超过65%的城市居民膳食脂肪供能比超过20%至30%的推荐量

上限,膳食中畜肉类食物和植物油快速增长,全谷类食物摄入量大幅下降。这种膳食结构的转变虽然为改善贫血、低体重等营养不良问题做出了贡献,但也促成了多种

慢性疾病的流行。”以上是在近日举行的一个国际高峰论坛上,中国疾病预防控制中心营养与食品安全所主任张坚表示的。

据张坚介绍,中国首个《中国居民膳食指南》指出,根据中国居民膳食消费习惯,建议国人增加单不饱和脂肪酸摄入,可用适量橄榄油替换部分日常其他食用油,以促进膳食结构平衡,减少慢性病的发生。