

健康互联网

起七成卵巢癌病例就诊时已为晚期

王晓

世界上最致命的妇科恶性肿瘤：每年有22.5万新发病例，死亡人数高达14万——很多人谈起卵巢癌就会“色变”。由于缺少有效的筛选方案，且早期患者无症状，70%以上病例就诊时已为晚期。中华医学会妇科肿瘤分会副主任委员、北京协和医院妇产科副主任向阳近日表示，卵巢癌是妇科常见病，也是妇科恶性肿瘤第一“凶”癌。

向阳说，卵巢癌是一个隐形杀手，目前发病有年轻化的趋势，单纯的妇科检查，包括查体、影像学做B超，都不太容易被发现。虽然手术技术和传统化疗均有改进，但卵巢癌晚期患者长期生存率不超过20%。相对宫颈癌，虽然发病率也高，但宫颈的位置比较浅，早期病变容易发现。

向阳提醒，女性卵巢癌的发病几率和家族遗传有密切关联，70%的卵巢癌患者是发生在50到60岁围绝经期的女性，对这些高危因素的病人，建议进行一定手术的干预。

防治卵巢癌的关键是基因检测和精准医疗，此前，美国著名影星安吉丽娜·茱莉先后切除了乳腺和卵巢，原因是检测出她携带乳腺癌和卵巢癌（BRCA）基因，是属于这两种癌症的发病高风险人群。茱莉这项在中国人看来不同寻常的决定，得到了乳腺癌、卵巢癌专家的支持和认可。

BRCA是一种抑癌基因，基因检测是否呈阳性，是决定是否进行预防性手术的有力依据。专家介绍说，一项由多国学者共同开展的大型国际研究显示，BRCA基因突变女性接受预防性卵巢切除能够降低80%的卵巢癌。

如何提升卵巢癌的治疗成效和卵巢癌精准诊疗水平？向阳指出，对于这一恶性肿瘤，提早预防，可极大地降低患者的痛苦和医疗负担，提升生活质量。在美国、欧洲一些国家的指南都推荐所有上皮性卵巢癌进行基因检测。如果女性体内一种基因存在缺陷，她们患卵巢癌的风险将是其他女性的数倍以上。

向阳强调，50岁以上的女性如果经济条件允许，可以查查以预防，如果不携带这一基因，患卵巢癌的概率将不到1.4%。一些曾有家族成员患上乳腺癌、卵巢癌等的个案，属高危人群，建议接受检查。一旦确诊，便可以适时采取针对性靶向治疗，杀伤肿瘤细胞，延长患者生存期。

保健园

让听障儿童回归正常生活

李军

中国先天性听力障碍发病率约为1%至3%，新生儿听力筛查及耳聋基因联合筛查是尽早发现听力问题的有效手段。在近日举行的全国“爱耳日”公益音乐会活动中，中国聋儿康复研究中心梁巍教授强调，要正确理解全面康复理念，让听障儿童像普通儿童一样获得德、智、体、美全面发展，就必须践行“以学前教育为基础，以听力干预、听觉言语训练、言语矫治等专项技术为支撑，促进听障儿童全面发展为宗旨”的康复模式。

梁巍说，以往社会普遍盛行的是残疾儿童缺陷补偿观，其中“能听会说就是康复”的这一提法最为普遍。实际上，全面发展才是听障儿童“全面康复理念”的核心主旨思想，即听障儿童身体和精神的全面发展、听障儿童活动能力的多方面发展以及身体和精神的全面自由的发展。最终目的都是让听障儿童回归正常、健康的生活。

北京听力协会会长万敏强调，听障儿童康复的重点在于三早：早发现、早矫治、早教育。2岁至5岁是治疗的最佳年龄，一旦发现有听力障碍，要及时去医院进行诊治，并通过有效的治疗手段，帮助患者回归正常生活。



弱它们的补益作用。生冷食物性多寒凉，难以消化，还易刺激胃肠道，影响对药物的吸收。故在治疗“寒症”时要忌食生冷。一般服用中药时不要喝浓茶，因为茶叶里含有鞣酸，影响对中药有效成分的吸收。热性辛辣食物性多温热，耗气动火。如服用清热败毒、养阴增液、凉血滋阴等中药或痲疹毒等热性病治疗期间，须忌食辛辣。如葱、蒜、胡椒、羊肉、狗肉等辛辣热性之品。对于这些过敏性哮喘、过敏性鼻炎、疮疖、湿疹、荨麻疹等过敏性皮炎患者，在服用中药期间忌食腥膻之物。中药药性好，掌握正确服药的方法可以达到事半功倍的效果。（作者为北京朝阳区中医医院医师）

健康关注

《女医明妃传》带火中医养生

靠谱不靠谱且听专家说

杨璞

2016年热播电视剧《女医明妃传》，讲述了一代女医的成长史，而剧中涉及大量中医方面的专业知识，引起了人们的关注。那么，这些剧情有多少是靠谱的呢？“本剧中所有中医食疗、医药方剂，为戏剧情景所需，请勿尝试模仿”的提醒，是希望大家不必太过认真。让我们听听中医专家对此的解读吧！

疑问一：铁皮石斛真的是救命“仙草”？

剧情回访 允贤被徐府院里的铁皮石斛吸引，称其为救命“仙草”，说比人参还要灵。

专家点评 南京市中西医结合医院老年病科副主任中医师王东旭介绍，铁皮石斛在历史上的确有“仙草”的美誉，《本草纲目》中对铁皮石斛的评价是“补五脏虚劳羸瘦，久服，轻身延年”。所以说，这种草药的养生功效是有的，主要适用于阴虚体弱的患者，因为它是滋阴的佳品，但是不适合阳虚的人服用，用错了就不是“仙草”了，能不能救命还要看对不对证型。而且铁皮石斛跟人参不是一类药，人参偏于温补，所以不存在谁更灵的说法。剧中所说的院子里找到铁皮石斛，有点不可信。因为石斛多生于崖石峭壁之间，家庭种植难度大，它对环境的要求很严格，即便是现在的种植技术也很难做到。1992年在《中国植物红皮书》中，铁皮石斛被收录为濒危植物。

疑问二：阿胶黄芪可治产后出血？

剧情回访 高龄产妇于家夫人小产，允贤为子夫人施针止血之后，开出药方：阿胶1两，黄芪2两，当归5钱，红花1两，丹皮3钱，干姜5钱，茯苓3钱。熬成理气散淤汤，连服七日，主治跌闪小产，血流紫块。若血崩不止，就再加贯众炭3钱熬制。

专家点评 南京市中西医结合医院妇产科副主任中医师李新珍指出，小产出血的中药调理不但要活血化瘀，也要注意止血，以防出血过多。方中的当归、丹皮和红花有活血化瘀的功效，阿胶有补血的功效，黄芪有益气的功效，对于气血两亏的妇科患者，这个方剂的组方是有道理的。但是，其他证型的患者未必适用，所以，小产后进行中药调理，要到医院请中医辨证型之后，对症下药。

疑问三：十指放血能用于中风急救？

剧情回访 徐侍郎家大摆寿筵，徐太夫人却因东厂的人闯入而受刺激，突然中风。众人皆手足无措，唯有通于医理的允贤不但擅自用缝衣针施针于耳穴、人中及手指、脚趾，放血救人，还开了药方。但她因不知中风阴闭、阳闭之症，用药出现偏差。

专家点评 南京市中西医结合医院针灸科主治中医师臧平介绍说，如果允贤“因不知中风阴闭、阳闭之症，用药出现偏差”，那么这样针刺患者是比较危险的。放血疗法有严格的操作方法和自身的适应症、禁忌症。不是所有的中风都适合用放血疗法。导致中风的因素有风、火、淤、痰、气虚和阴虚阳亢等6个，其中因气虚和阴虚阳亢导致的中风便不能使用放血疗法治疗。放血会耗伤阳气，气虚和阴虚阳亢而中风的患者，本来就虚弱，使用放血疗法治疗会让他虚上加虚。所以不建议

大家效仿。需要指出的是，针灸越早介入中风治疗越好，中风患者的康复阶段针灸治疗更是有优势。

疑问四：燕子窝碾碎和油专治恶疮？

剧情回访 允贤遇见一名恶疮患者，她教尼姑以燕子窝和油治疗恶疮。

专家点评 南京市中西医结合医院瘰癧科疮疡诊疗专家黄子慧主任中医师介绍说，以燕子窝和油治疗恶疮在古代医书中的确有记载。但是如今临床很少这样用，以他们科为例，主要用粉剂和水剂类中药治疗恶疮的比较多。而且不是什么油都能治疗恶疮的，即便是古代的油剂中药也是经过配伍和一定工序的，所以不推荐大家使用。

疑问五：香灰能止血？

剧情回访 允贤到永庆庵祈福，听闻许多百姓前来求香灰，用它止血治病。

专家点评 南京市中西医结合医院治未病科副主任中医师夏公旭介绍说，香灰止血在不少民间医书中都有记载，香灰有吸附作用，但是古代的香灰成分与现在的香灰成分还是有区别的，而且从预防感染的角度来说，用香灰止血也不太合适。现在的一般微小伤口用创可贴就可以，既卫生又方便。较大的伤口还是要及时到医院救治。

链接

养生可取 药方谨慎

南京中医药大学教授、主任中医师潘立群教授提醒，在《女医明妃传》中出现的中医知识、土方有歪曲事实的现象，观众切勿沉迷剧情。

例如：剧中谭允贤为穷人用锅底灰止血，用指甲、鸟粪、蚯蚓混在一起，为监狱中病人解毒平喘，甚至还有用鸡粪、地浆水、扁豆混在一起服用以救霍乱病人的戏份。潘立群说，片中土方子大多缺乏科学知识，切不可相信和运用。以燕子窝碾碎和油治疗恶疮这种方法比较原始，秦汉时期用得比较多。香灰止血在

古时有使用，现在则是不可取的。虽然剧中出现的蚯蚓鸡粪治病、牛腹藏人等手段过于肮脏和愚昧，但是剧中出现的诸多中医药物确实是流传至今的滋补良方，比如人参、当归、阿胶等滋补秘方，这些至今仍然作为养生的重要食物，乌鸡人参汤的补气养元功效、阿胶的补血功效都是可取的。《女医明妃传》掀起的“中医热”有利有弊，潘立群强调，不应该盲目追随，应当在尊重历史和弘扬中医的角度上，以辩证的目光看待问题，切勿轻易模仿。（唐平）

健康资讯

药物创新传播论坛举行

本报电（徐述湘）由中国医药新闻信息协会主办的首届中国制药药物创新传播论坛近日在京举行。

该论坛聚焦医药产业创新升级，来自医药监管部门、国内制药领域创新型企业代表等，共同探讨了影响我国药物创新的因素，以及中国制药物的国际化市场机遇和挑战等，明确挑战应对措施，为“中国制造”药物的创新发展进行积极的舆论引导。

关爱青少年肾脏健康进校园

本报电（苏苏）“关爱青少年肾脏健康进校园·推进中医药文化进校园”活动近日在北京市第九中学启动。

据主办方北京协和中医肾病医院负责人介绍，此次活动除为师生和家长提供免费肾脏保健知识、赠送有关科普读物外，还为其提供健康卡、优惠体检卡等不同类型的服务，并在北京市各辖区院校持续推广肾脏保健和预防教育，从而提高全社会的肾脏保健和肾病预防意识。

据统计，目前全国有超过300万青少年肾病患者，肾病已成为严重危害青少年健康的重要疾病。

哈特瑞姆打造精准特色专科

本报电（杨笑 肖佳）由哈特瑞姆心律专科医生集团和河北燕达医院联合打造的“燕达·哈特瑞姆心律失常诊疗中心”近日成立。

据介绍，燕达·哈特瑞姆心律失常诊疗中心将立足专科特色，北京专家24小时365天入住，从事目前所有心律失常及相关疾病的诊断和治疗。目前，哈特瑞姆医生集团在燕达医院已完成10例单侧胸腔镜辅助下长程持续性房颤手术。

医说新语

《髌膝关节置换快速康复——围术期管理系列专家共识》发布

文心

由国家卫生计生委公益性行业科研专项《关节置换术安全性与效果评价》项目组等部门共同支持的《髌膝关节置换快速康复——围术期管理系列专家共识》近日在京正式发布。

此次发布的《系列共识》，将骨科加速康复理念与髌、膝关节置换手术相结合，提出了具体化、可操作的临床导向。它以全景式模块化的方式，将围术期各阶段实现时间和空间上的无缝衔接集成，

越来越多的人开始信赖中药的疗效，中药的服用也颇为讲究，用得合理可以防治疾病，反之可能会影响身体健康。清代名医徐灵胎在《医学源流论》中说得好：“病人之愈不愈，不但方必中病，方虽中病，而服之不得法，则非特无功，而反有害，此不可不知也。”下面就讲解一下中药怎么服用才最有效、最正规、最安全。

服药时间及多少：一般疾病服药多采用每日一剂，分两到三次服。病情急重者，每隔四小时左右服药一次，昼夜不停，使药力持续，利挫病势。

时间上分为：饭前服，一般在饭前30—60分钟服药。治疗肠道疾病，宜在饭前服药，因为在胃空状态下，药液能直接与消化道黏膜接触，较快地通过胃

入肠，从而较多地被吸收而发挥作用，不致受胃内食物稀释而影响药效。饭后服，一般在饭后15—30分钟服药。对胃肠有刺激作用的药，在饭后服用可减少对胃肠黏膜的损害。毒性较大的药，也宜在饭后服用，避免因吸收太快而发生副作用。餐间服，即在两餐之间服药，避免食物对药物的影响，治疗脾胃病的药宜餐间服。空腹服，具有滋补作用的汤药，宜早晨空腹服用，以利于充分吸收。用于驱虫或治疗四肢血脉病的药物也宜空腹服，这样可使药物迅速入肠，并保持较高浓度而迅速发挥药效。具有泻下作用的汤药也亦如此，以增强药效。睡前服，一般在睡前15—30分钟服用。补心脾、安心神、镇静安眠的薬

物。隔夜服，主要是指驱虫药，睡前服1次，第二天早晨空腹再服用1次，以便将虫杀死排出体外。

服用中药也有温度要求：中医将外感风寒、寒邪犯胃引起的疾病归入寒证，要热服药汁，才能达到趋赶风寒、健脾温中的目的。而用寒凉药治热性病证，如肺炎、支气管炎、风热感冒等疾病出现的口干、舌红、便秘等，宜凉服或冷服。对于一般的汤剂，如调理滋补类中药，温服即可。

在吃中药的时候，为了不影响药物的发挥，有一些饮食禁忌，也是需要了解的。服用中药时不宜吃生萝卜，因萝卜有消食、破气功效，特别是服用人参、黄芪等滋补类中药时，吃萝卜会削

弱它们的补益作用。生冷食物性多寒凉，难以消化，还易刺激胃肠道，影响对药物的吸收。故在治疗“寒症”时要忌食生冷。一般服用中药时不要喝浓茶，因为茶叶里含有鞣酸，影响对中药有效成分的吸收。热性辛辣食物性多温热，耗气动火。如服用清热败毒、养阴增液、凉血滋阴等中药或痲疹毒等热性病治疗期间，须忌食辛辣。如葱、蒜、胡椒、羊肉、狗肉等辛辣热性之品。对于这些过敏性哮喘、过敏性鼻炎、疮疖、湿疹、荨麻疹等过敏性皮炎患者，在服用中药期间忌食腥膻之物。中药药性好，掌握正确服药的方法可以达到事半功倍的效果。（作者为北京朝阳区中医医院医师）

杏林寻宝

——中华传统医药漫谈