

医疗前沿

房颤微创手术可治疗脑中风

本报记者 喻京英

根据流行病学研究表明，我国有近千万房颤患者，他们随时都有患脑中风的危险。在“心房纤颤外科治疗国际论坛”上，记者了解到，江苏省人民医院外科开展的房颤微创迷宫手术，只需要在患者两侧胸腔壁上打3个钥匙大小的“小洞”，不仅解决房颤的问题，而且能减少90%的脑卒中风险。一次性解决脑中风和其他脏器动脉血管堵塞两大问题，吸引了众多专家的关注和探讨。这也是我国房颤外科治疗的新进展和新方法，它将为更多的房颤患者带来福音。

房颤是脑中风的罪魁祸首

“房颤是临床上常见的心律失常，在各个年龄段都会发生。”江苏省人民医院心脏大血管外科主任邵永丰介绍，随着年龄增长，发生率明显上升，60岁以上的发病率为1%，75岁以上人群可达10%，预计在未来40年，患病率将增加5倍以上。

正常的心脏跳动是有规律的，当心脏电生理出现异常，心脏跳动没了规律，心房就会出现异常颤动，这被称为房颤。房颤时患者多有头重脚轻、眩晕、明显心慌、气急和无力等症状，生活质量因此下降。

邵永丰说，房颤的最大危害是导致血栓，房颤患者发

生血栓塞即人们常说的脑中风的危险比非房颤患者高出6倍，病死率高达24%，且存活者多遗留肢体残疾。可以说房颤是脑中风的罪魁祸首。即便血栓没有堵住脑血管，也可能堵塞全身其他部位血管，例如脾动脉、肾动脉或肠系膜动脉等，引起局部梗死缺血，严重时同样危及生命。

左心耳是血栓“犯罪窝点”

房颤发生30秒左右即可引起脑梗死。房颤使脑卒中的发生率增加5到8倍，临床上大约有15%—30%的缺血性脑卒中是由房颤引起。因此，只有尽早治疗房颤，才能更好地预防和避免脑卒中的发生。经过长期临床实践和研究发现，左心耳以其独特的结构，成为房颤患者血栓形成的主要部位，非瓣膜性房颤患者左房血栓90%以上存在于左心耳。江苏省人民医院心血管内科副主任陈明龙教授表示，“探明左心耳是血栓的‘犯罪窝点’，切除它可以防止脑中风。”

血栓栓塞则是房颤的严重并发症，房颤时，心房因无法有效收缩，导致心脏内部的血液不能有效、完全地排空，滞留的血液会逐渐凝成血栓。

陈明龙说，左心耳作为心脏原本就有的一个组织结构，是胚胎时期原始左心房的残余，左心耳虽然占比并不大，但因其“蜂窝状”的结构，使它成为一个“犯罪窝点”。他强调：“左心耳切除，并不影响心脏功能，就相当于人体中的阑尾，发炎了我就把它切除。切除左心耳后的影响与其发生脑中风的危险相比，可以忽略不计。”

内外联手治房颤是未来方向

据北京安贞医院教授孟旭介绍，目前，中国对于房颤的治疗，90%以上是通过内科导管疗法。自2007年后，外科介入房颤治疗，但占比不到5%。根据病例统计，通过外科一次手术治疗房颤的成功率更高。房颤外科治疗对于患有脑梗、消化道系统疾病以及心房大、病史长的房颤患者更为适宜。

来自江苏省人民医院的数据显示，自2011年5月至2016年3月底，该院心脏大血管外科共完成胸腔镜孤立性房颤外科治疗手术（微创迷宫手术）百余例，合并脑梗的房颤患者手术85例，无一例重大手术并发症和死亡，其中阵发性房颤、持续性房颤转复率分别为90%和80%，病人手术后没有再次发生脑中风。房颤的微创迷宫手术不仅时间短、创伤小，并且患者术后恢复也更快。

陈明龙对此表示，内外科结合是一种精准治疗，在实践中，“内外科医生对患者进行联合会诊，内科医生可以根据疗效，为外科手术的切口位置提供意见，制定有针对性的治疗方案，更利于降低损伤，提高治愈率。”

美国洛杉矶雪松—西奈医疗中心AliKhojnezhad教授认为，长时间研究发现，目前全球对于房颤疾病的认识逐渐提高，做了房颤射频消融及左心耳切除术的这类病人与其他没有做此手术的心脏病人相比，10年生存期提高50%以上。这个结果也极大地鼓舞了患者主动去接受这个手术。

专家强调，房颤采用内外科结合的治疗方式更具优势，也是未来房颤治疗的发展方向。

健康关注

过半重症精神病患者未获正规治疗

文心

精神分裂症是一种持续、慢性的重大精神类疾病，是精神类疾病中最严重的一种。中国目前有超过1600万重症精神病患者，其中过半患者未获得正规治疗。

在近日举行的“精神分裂症全程管理论坛”上，武汉大学人民医院王高华、中南大学湘雅二医院赵靖平等专家表示，目前我国精神分裂症患者规范诊疗情况存在诸多问题，现状不容乐观。数据显示，中国过半精神分裂症患者没有开始接受早期、足量、足疗程的规范治疗；即使开始想治疗，很多患者不知道该去哪儿，常常跑错科室。我国精神分裂症患者开始治疗的时间普遍偏晚，从发病到就诊的平均时间为1.5年；而更为让人担心的是，即使开始治疗，由于对药物存在排斥心理或担心药物依赖性，很多患者一旦感觉症状减轻或好转，便自行减药或停药，导致疾病复发。

有关专家认为，精神分裂症起病多缓慢，逐渐进展，病程迁延。有些症状在经治疗后可缓解，但也可再发或多次复发。而首次发病是患者的最佳治疗时机，精神分裂症从发病到治疗，经历的时间越短，患者康复的几率就越大。而在治疗过程中最主要的难题是高复发率，随着复发次数的增加和病程的延长，大脑神经会发生不可逆的损伤，一旦中断治疗，将大大增加复发风险。专家强调，对精神分裂症患者尽早开始接受规范治疗，将大大提高其治愈率和生活质量。

医说新语

夜尿频繁不要一味地忍

丛嘉

我国已经逐渐进入老龄化社会，统计显示，截至2014年底，60岁以上老年人口达到2.1亿，占人口的比例为15.5%。各种各样的病痛困扰着老年人，良性前列腺增生症作为中老年男性常见的疾病之一，其发病率会随年龄的增长而增加，60岁时大于50%，85岁时高达90%。在近日举行的“走遍中国前列县（腺），从古田启程——暨中国BPH患者关爱工程启动会”上，中国工程院院士、亚洲泌尿外科学会主席、中华医学会泌尿外科分会主任委员孙颖浩教授表示：“良性前列腺增生是中老年男性的常见病。一些老年人往往选择忍耐，认为夜尿多是人老了的自然现象，想积极去‘适应’，而不愿到医院就医。”

有研究表明，夜尿不仅影响患者的睡眠质量造成失眠，还会造成心率、血压升高等诸多并发症。前列腺位于排尿系统的交通要道，腺体增生会挤压尿道导致一系列的下尿路症状，如尿频、尿急、尿失禁、夜尿增多、排尿困难等，严重地影响老年男性的生活质量。

中山大学孙逸仙纪念医院泌尿外科黄健教授说，夜尿增多是前列腺增生最早出现的症状。有些患者偏听偏信，认为是“肾虚”的表现，听信虚假广告，购买一些补肾壮阳的保健品想改善症状，直到最后忍无可忍才到医院看诊，从而给治疗带来很多的困难。因此，老年男性一旦发现排尿不畅，或者是起夜两次以上，应到正规医院泌尿外科就诊。

中华医学会泌尿外科分会副主任委员、浙江大学第一医院谢立平教授说：“确诊前列腺增生有一套完整的流程，医生会使用国际前列腺症状评分法和问诊进行病情判断。到了哪个级别，医生会建议你选用哪种治疗方式。”

孙颖浩强调，前列腺疾病的治疗不能太晚，也不能太急，不能太保守，也不能太激进。希望有更多的泌尿外科医生走到基层去进行义诊、手术、做科普讲座，让更多的患者受益。



健康互联网

奇异果对人体健康有益

李军

越来越多的研究机构证明了奇异果对人体健康具有益处。最新研究成果是科学家于近日在新西兰陶兰加的第一届国际奇异果研讨会上提出的。

研究发现了有关奇异果在帮助提升消化健康、维生素C与健康、代谢健康三方面的作用。主要研究结果包括：奇异果能控制/调节血液中的血糖指数。在首次人体临床试验中，新西兰绿奇异果被发现具有改善消化健康及舒适度的功能，这种作用是将奇异果酵素（一种奇异果酶）、纤维和其他元素进行特殊组合而实现的。奇异果能增强免疫力。每日食用奇异果，对增加血液以及人体其他部分中的维生素C非常有效。

此外，该研究还表明，奇异果有助于调节血糖水平。每日食用两颗绿奇异果可大大改善肠道功能。

健康资讯

江苏资助贫困患者实施手术

本报电（周洋洋）江苏省日前启动“集善·远程视界”项目，旨在帮助省内2400名贫困白内障患者实施复明手术，并为每例白内障患者补助1000元。以此促进防盲治盲事业发展，实现白内障患者“人人享有康复”的目标。

据了解，该项目由中国残疾人福利基金会发起，目前已在重庆、广西、云南、四川等多个省份开展救助。

默沙东中国研发中心新园区启用

本报电（翁晓萌）总建筑面积达4.7万平方米的默沙东中国研发中心新园区近日启用。该园区将针对中国最迫切的医疗需求加强创新，在糖尿病、肿瘤、心血管、疫苗和抗感染等领域加快引进更多创新药品和疫苗，为全球患者带来健康福音。

清华长庚医院力推社区慢病管理

本报电（韩冬野）清华长庚医院近日与菩提医疗合作开展“糖尿病患者分级诊疗项目”，该项目将借助菩提医疗云平台及智能医生工作站实现糖尿病分级诊疗，对糖尿病患者在规范化管理中产生的费用及生命质量进行评估，为医疗资源的合理配置和利用提供有力证据。

据悉，清华长庚医院力推社区慢病管理，已组建起一支含70余位糖尿病患者的“清华长庚糖友会”。同伴支持教育是慢病管理中的重要理念，组建病友团体将有效地推动对糖尿病患者的教育与治疗。

保健园

我国癌痛治疗现状不容乐观

程多

当前，恶性肿瘤已经成为威胁国人健康的主要疾病，10年来发病率呈上升趋势。癌痛，作为肿瘤患者最常见的伴随性疾病，令患者及家属深受其扰。癌痛现状调查显示：我国癌痛发生率为61.6%，其中50%的疼痛级别为中

至重度疼痛，30%为难以忍受的重度疼痛。

在近日举行的全国肿瘤防治宣传周暨蔚蓝色关爱癌痛患者公益活动上，中国科学院院士韩济生说：“疼痛不仅会影响癌症患者体质，降低其身体机能和对肿瘤治

疗的耐受力，还会给他们带来巨大的精神负担。有些患者甚至因为不堪长期疼痛折磨而丧失求生意志。如何控制疼痛，已经成为癌症治疗中的重要一环，甚至是癌症晚期患者追求生命尊严的唯一要求。”

在中国，癌痛未被治疗或治疗不足成为普遍现状。中日医院疼痛科主任樊碧发教授列举了影响癌痛治疗的典型错误观念：有人认为，癌痛不是病，无需特别治疗；还有人过于担心使用镇痛药会带来不良反应；部分医务人员持有“重治癌，轻治痛”的观念。他说，这些都严重影响我国癌痛治疗的总体水平。

由于高达61%的癌痛患者未能得到足够的止痛治疗，中国医院协会副秘书长郭齐祥表示：“为癌痛患者提供及时、规范、有效的疼痛管理，不仅要靠完善的制度，还需要有高水平的医疗团队，缓解疼痛是患者应有的权利，也是医务人员应尽的职责。”



近日，河北沧州二医院（天津肿瘤医院沧州分院）肿瘤专家走上街头开展义诊咨询，引导公众关注癌症和癌症患者，正确认识癌症的预防和治疗。傅新春摄

中医为何特别看重春季养生？

王红蕊

康、延年益寿的目的。

《黄帝内经》中说：“春三月，此谓发陈，天地俱生，万物以荣，夜卧早起，广步于庭，披发缓形，以使志生。”春季，晚上不要睡得太迟，早上要早起，养成早睡早起的习惯，以适应自然界的生发之气。

经过一夜睡眠后，人体松软懈怠，气血周流缓慢，刚醒之时，总觉得懒倦而无力。若四肢舒展，伸腰展腹，全身肌肉用力，并配以深吸深呼，则有吐故纳新、行气活血、通络关节、振奋精神的作用，可以解乏、醒神、增气力活筋骨。所以提倡春季早起多伸伸懒腰。有条件的人可以练练八段锦、五禽戏等。

春暖花开之际，散步也是一种非常好的养生保健方法。一天紧张繁忙工作之后，到街头巷尾走一走，可以很快消除疲劳。众多寿星的长寿秘诀之一就是每日要有一定的时间散步，尤其重视春季散步。散步要因人而异，同时也应注意：应找空气清新、环境安静之处，要选择合适的时间，不宜在饭后立即出行，老年人不宜空腹散步，散步时衣着要宽松。

自古以来，人们就有踏青春游、放风筝的风俗，所以这也不失为春季养生的好方法。外出踏青赏景，望着蓝天白云间轻轻飘舞的五彩风筝，既锻炼了身体，又陶冶了情操。特别是春天的郊野，空气清新，花红柳绿，

百鸟争鸣，置身于如此优美的大自然怀抱，心情自然舒畅起来。

春初之风，夹寒水之湿气；春末之风，则带火热之子气。所以我们在锻炼游玩的时候要注意早晚温差的变化，适当地增减衣物，以防外感。古语云：“百草回芽，旧病萌发。”可见立春后是旧疾多发的时节。我们在锻炼之余也要做个健康体检以保万全。

（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