

健康关注



有人“管”的体检

本报记者 喻京英

现在很多人都很重视健康，也愿意每年进行体检，但在体检后报告看不懂，体检查出异常如何复查和确诊？体检后确诊患癌如何找到对口的专业医疗资源？这一系列“体检之后没人管”的痛点现在终于有了解决方案。近日在爱康集团战略升级发布会上，该集团推出了有人“管”的体检战略（iKangCare+）以及合作伙伴计划（iKangPartners+）。爱康集团创始人、董事长兼CEO张黎刚表示，此举是通过产品和服务的创新升级，把体检真正升级为健康管理服务，旨在为促进国人健康作出更多贡献。

看不懂体检报告怎么办

有人“管”的体检到底谁来管？企业客户分级服务体系计划交上了一份未来会持续升级换代的答卷，就是利用人工智能和精准医疗来连接客户，从而为客户提供专家级的可信健康管理服务。

人们体检之后，面对体检报告上晦涩难懂的专业术语，相信很多人都有过“体检报告看不懂”的经历和“体检过后没人管”的困惑。正是看到这样的切实需求，该计划希望能够全方位、多角度地去连接客户，满足客户所需。因此企业客户分级服务体系，可以为客户提供APP、官方微信、全国体检中心、400电话以及外派上门服务，为客户提供专业、详尽的体检报告解读服务。

解读体检报告的专家团队，成为了最关键的数据

库，而这个数据库的团队每天也都在了解及更新全世界最前沿先进的医学进展。

体检后发现异常怎么办

体检时通过超声、X光机、CT、核磁共振等影像学检查，可以在早期发现癌症以及心脑血管疾病；通过内窥镜，可以在早期发现胃癌和结肠直肠癌；通过HPV、肝炎、EB等病毒检测，可以发现致病因素；通过幽门螺旋杆菌等细菌的检测，可以发现胃部的致病因素；通过血液细胞检查，可以发现白血病；通过特定肿瘤标志物的检测，可以发现一些癌症的蛛丝马迹；通过一些特定生化指标检查，可以发现前期糖尿病与心血管疾病。

在当今这个谈癌色变的时代，尤其是面对肺癌、胃癌、乳腺癌、宫颈癌等发病率不断攀升的高发癌症，人人都希望通过体检尽早筛查出异常征兆。但如何选择体检项目才能做到个性化筛查，一旦体检发现异常指标，接下来该如何复查和确诊，又成为摆在人们面前的难题。

基于对这一痛点的深刻理解，企业客户分级服务体系，在体检前可根据员工历年体检结果，推荐个性化专项检查。体检后不仅可根据体检异常数据，提供有针对性的深度筛查项目，还将不断升级阳性追踪体系，真正将有人“管”的体检落到实处。

爱康在体检套餐的基础上，升级了高发癌症的解决方案——“防癌三宝”。针对胃癌和肠癌的早期筛查，

引入了“肠胃宝”，这是中国首个粪便幽门螺旋杆菌基因分型检测及肠癌早筛的粪便DNA检测；针对中国癌症发病率首位的肺癌早期筛查，“护肺宝”则包含了可筛查超早期肺癌的液体活检、肺部CT、基因检测等项目；针对更全面的癌症早筛及疾病风险评估，“君康宝”包含了男197项，女202项全套基因检测、18种高发癌症液态活检和肺部CT等检测方式。

一“管”到底的体检

根据爱康企业客户分级服务体系，体检后发现异常，可提供就医通道推荐；如果确诊患癌，还将提供任选全国三甲医院副主任及以上专家二次诊断及诊疗评估服务。让健康体检成为健康管理的一个重要环节，以实现体检前和体检后的服务延伸，从而最大程度上提高生命质量。

医生是医疗的核心，也是最大的稀缺资源，健康管理必须有优质的医疗资源做保障。通过技术合作，一方面由大医院专家帮助制订体检的相关标准和技术流程，实现体检项目、技术、标准专业化和规范化；另一方面解决健康管理。目前，爱康携手战略合作伙伴可以帮助客户对接其平台上全国优质医疗权威专家；还可以通过自己的渠道，连接美国顶尖专家医疗资源，包括美国哈佛大学医学院附属麻省总医院、布列根和妇女医院、丹娜法伯癌症中心、波士顿儿童医院、梅奥诊所、加州大学洛杉矶医学中心等世界顶级医学中心。

链接

前段时间的“围棋人机大战”受到广泛热议，同时也引发了人们对于人工智能的关注。其实人工智能在医疗领域大有可为，智能影像阅片、智能手术机器人、智能辅助诊断等词汇逐渐成为行业热词，IBM的沃森医生也几乎成为人工智能在医疗领域的代名词。

IBM中国区医疗与生命科学总经理刘洪说，“认知医疗”是把认知计算

人工智能+精准医疗

技术应用于临床实践，为医疗机构提供个性化、精准化的医疗解决方案。帮助医生提高诊断水平，从而使患者受益更大，有效改善医患关系。这也标志着从循证医学进入认知医学时代，开启了“人机合一”的智能医疗时代。

精准医疗也是目前医疗行业炙手

可热的话题之一。中华医学会健康管理学分会主任委员曾强教授，从国家和学术的高度与大家分享了新型精准健康管理方式——以生物信息与大数据为基础、先进健康管理手段为支撑，涵盖精准健康体检、精准健康评估和精准健康干预。曾强从健康体检体系和通过先进的精准仪器设备检查、医学实验室检测和基因检测4个方面，进行了详细解读。



健康资讯

国医大师和名中医表彰大会举行

本报电（记者喻京英）国医大师、全国名中医评选表彰大会近日在北京举行。大会授予王世民等30人国医大师荣誉称号；授予丁书文等99人全国名中医荣誉称号；追授高上林全国名中医荣誉称号。国家卫计委、人社部、国家中医药管理局等部委负责人出席大会，并为国医大师、全国名中医荣誉称号获得者颁奖。

据介绍，本次国医大师和全国名中医评选注重向基层和临床一线，经自下而上、逐级推荐等评选程序，评选出30名国医大师和100名全国名中医。目前，国医大师评选表彰工作已举办3届，共评选出90名国医大师；而全国名中医评选表彰工作则是首次举办。

个性化心脏功能评估推出

本报电（马淑燕）哈特瑞姆心脏医生集团与北京善方医院近日宣布成立“北京善方医院·哈特瑞姆心脏诊疗中心”，双方将发挥各自优势，探索“深度+定制”的心脏疾病诊疗方案，推出个性化心脏功能评估。

据介绍，北京善方医院是哈特瑞姆心脏医生集团合作的第一家国际化医疗机构，哈特瑞姆心脏医生集团创始人刘兴鹏教授表示，专业、优秀、开放的医院才能带来紧密、深度的合作，哈特瑞姆两年多来探索了在服务基层、助力国家分级诊疗方面的很多经验。在消费升级的大背景下，满足患者多样化的心脏疾病诊疗需求，是大势所趋。

首支渐冻人公益歌曲发布

本报电（塔娜）中国首支渐冻人公益歌曲《为爱解冻》近日在北京发布。歌曲旨在向公众普及渐冻症知识，加深患者对早期症状及规范治疗的认知。

渐冻症在医学上称为肌肉萎缩侧索硬化症，也叫运动神经元病，患者会在清醒的状态下全身逐渐瘫痪，直到不能呼吸。中国相关医师呼吁社会关爱、支持渐冻人群体，倡导患者早发现早治疗，减缓病情发展，延长生存时间。

图为公益歌曲词曲作者、渐冻人歌手杨学峰在演唱。 喻京英摄



医说新语

发病率低上升速度快

警惕乳腺癌发病新趋势

赵迎

乳腺癌是全球女性最常见的恶性肿瘤。据统计，在全球140个国家中，乳腺癌居女性癌症发病率首位，在全球101个国家中，乳腺癌是最常见的癌症死亡原因。世界癌症研究中心公布的全球癌症最新资料显示，目前全球女性乳腺癌每年新发病例达168万人，占全部女性恶性肿瘤发病的25.2%，每年约有52万女性因患乳腺癌死亡，其中欧美及大洋洲是乳腺癌的高发区。有报告指出，欧美国家乳腺癌发病率高达124.2/10万，是发展中国家的4倍。据中国肿瘤登记中心的数据显示，2011年我国乳腺癌新发病例约24.9万人，发病率约为37.86/10万。从数字来看，虽然我国乳腺癌发病率远低于欧美国家，但发病率的上升速度却显著高于欧美国家，成为乳腺癌的“中国特色”。可以说，乳腺癌在全球范围内已成为严重危害女性健康的疾病，无论是医学工作者还是普通民众，都应对其给予足够的重视和关注。

在近日举行的2017中德国际乳腺专家高峰论坛上，两国专家在对乳腺癌治疗过程进行回顾时说，手术一直是治疗乳腺癌的重要手段，以“切除尽量少的组织，达到最大治疗效果”的规律，循序渐进发展。从19世纪到20世纪四五十年代，乳腺癌手术一直以切除全部乳腺、胸肌及腋窝淋巴结的术式，得到了全世界外科医师的广泛认可，并成为经典的主流手术方式。直到20世纪50年代，出现了改良术式，即手术切除全部乳腺及腋窝淋巴结，但保留胸肌，使之逐渐取代了之前的经典根治术，成为乳腺癌的主流术式。此后数年，多个临床试验表明，保乳手术联合术后放疗，可取得与之前手术相类似的治疗效果。目前，保乳手术对于合适的患者已是首选术式。

纵观乳腺癌手术百余年的发展历史，手术方式经历了经典根治术、改良根治术及保乳术，在确保治疗效果的前提下，逐步减少手术切除范围，从而改善了患者的生存质量。

健康互联网

恶性肿瘤治疗更精准更高效

常工

目前，恶性肿瘤严重威胁人类健康，根据中国国家癌症中心公布的最新数字显示，全国恶性肿瘤发病率为270.59/10万人，死亡率为163.83/10万人。在中国每分钟就有6人被诊断为恶性肿瘤，5人死于癌症。在近日启动的全国抗癌优秀事迹征集评选活动上，中国抗癌协会康复会主任委员史安利教授表示，恶性肿瘤发病第一位的是肺癌，其次为乳腺癌、胃癌、肠癌、肝癌和食管癌。其中乳腺癌仍然是中国女性健康的第一杀手。

军事医学科学院附属医院乳腺肿瘤科主任江泽飞教授说，随着科学技术和医疗水平不断提升，恶性肿瘤的治疗变得更高精，更高效。以乳腺癌为例，已经实现了由“可控”到“走向治愈”的重大突破。对于早期HER2阳性乳腺癌患者，通过1年标准抗HER2辅助治疗，最大可能达到临床治愈，晚期HER2阳性乳腺癌的生存期也显著延长。早筛查、早发现、早治疗是防癌抗癌的关键，尽早针对疾病进行标准化治疗，对于挽救癌症患者生命，提高生活质量至关重要。他建议女性25岁以后定期进行乳腺检查，40岁以后每年进行钼靶检查。

据悉，全国抗癌优秀事迹征集评选活动将聚焦肺癌、乳腺癌、胃癌、肠癌、肝癌等中国高发恶性肿瘤疾病，希望通过癌症康复者和家庭展示自己的抗癌故事，坚定癌症患者及其家庭抗癌的信心，积极参与治疗和康复，同时也希望借本次活动进一步加强全社会对癌症的关注，号召更多社会资源和力量关注癌症防治，支持癌症患者积极抗癌，走向康复道路。活动吸引了包括癌症康复者、医护人员、志愿者及社会爱心人士在内的千人参与。

医疗前沿

超声消融治疗 子宫肌瘤临床研究发布

冯春蕾

“东西方智慧携手——聚焦超声手术治疗子宫肌瘤的飞跃”研究成果近日发布，该研究是将中国原创的聚焦超声手术技术与西方循证医学研究方法相结合，证实了聚焦超声手术的安全有效，标志着中国临床研究的一次飞跃发展，产生了高质量的循证医学结果。这是迄今为止全球最大的通过世卫组织注册平台注册完成的超声消融治疗子宫肌瘤的多中心临床研究。

课题负责人、重庆医科大学教授陈文直表示，“十二五”期间，在国家支撑计划支持下，由重庆医科大学超声医疗国家工程研究中心牵头，开展了“超声消融子宫肌瘤的前瞻性、多中心、同期非随机平行对照研究”。该研究成果将为健康中国战略的实施，提供更好地解决妇女健康问题的技术手段。同时，也将对中国原创、中国制造、世界领先的超声消融治疗技术在全球范围内的普及推广和规范化应用，产生重大意义。

陈文直说，子宫肌瘤是女性常见的妇科肿瘤疾病，全世界有3.3亿的子宫肌瘤患者，在中国每年有150万的子宫被切除，其对女性身心健康的危害不言而喻。本次研究的成果证实了超声消融这种保留子宫的治疗方式的安全性和有效性，在保卫子宫的道路上实现了重大突破。

参与此次课题研究的英国牛津大学教授大卫·克兰斯顿表示，在聚焦超声治疗领域，英国牛津团队与中国方面已经有了长达17年的合作。5年前，双方开展研究聚焦超声手术治疗子宫肌瘤的安全性、有效性和社会经济利益。希望这一成果引起更多人的关注，让聚焦超声手术造福更多的患者。

为什么说夏季是养阳好时节

王红蕊

阳气是生命的动力。《素问·生气通天论》说：“阳气者，若天与日，失其所，则折寿而不彰”。这是说，人体的阳气就像天空中的太阳。我们常说，万物生长靠太阳，没有太阳万物就缺乏生命力。“夫四时阴阳者，万物之根本也。所以圣人春夏养阳，秋冬养阴，以从其根，故与万物沉浮于生长之门。逆其根，则伐其本，坏其真矣。故阴阳四时者，万物之终始也，死生之本也，逆之则灾害生，从之则苛疾不起，是谓得道。”此时正值盛夏，故“养阳”正当时。

人从一个受精卵发育成形，都是因为阳气的作用。阳气这种无形的力量，现代生命学称其为生物机能，而古人就把这生命机能称为阳气。阳气至关重要，我们应该从哪几方面养阳呢？

首先，应从娃娃抓起。现在的孩子大多是温室里的花朵，经不得风雨。但是要想让孩子身强体壮，就应该让他们积极地适应大自然，增强运动就可以增强阳气，阳气在运动中生发，运动多，阳气足，孩子才能充满活力。

其次，应注重饮食。多吃当季蔬菜，比如养阳的韭菜，助长生机的莴

笋、豆苗、蒜苗、小葱、豆芽、荠菜、竹笋，滋补脾胃的大枣、山药等。水果里的樱桃、青梅、杏子、李子等，都能温阳滋补，助养阳气。一些凉饮料、冰淇淋、刚从冰箱里取出的水果，都属于寒性食物，不但刺激肠胃，还非常伤阳，一定要注意避免。

再次，要注意着装。女士们的短裙，甚至露脐装，都有伤阳的可能，尤其在有空调的区域内更应注意。夏季室外高温，稍有活动则易出汗，此时汗孔张开，如果立即进入温度低的空调房，风寒之邪就会直接侵袭肌肤、筋脉、骨

节，寒气不得及时排除，则会内侵脏腑，耗损脏腑阳气，产生各种病症。还有，就是注意生活起居，早睡早起。夏之际，日出时间较早，日照时间渐长，人们宜在这时候早些起床，晒晒太阳，以提升人体内的阳气。而晚上不宜熬夜，以减少耗损。如《素问·四气调神大论》云：“夏三月……夜卧早起，无厌于日，使志无怒，使华英成秀，使气得泄，若所爱在外，此夏气之应，养长之道也。”

（作者为北京市朝阳区中医医院医师）

杏林寻宝

——中华传统医药漫谈