

健康关注

近日,一篇名为《吸食笑气女孩:那段经历很可怕》的文章,在网络引发超过10万次点击。一名在美国西雅图留学的中国女孩,自述因为好奇在外国长期吸食笑气,导致生活及身体机能全面紊乱,最终不得不放弃学业,坐着轮椅回国就医。女孩自述这段吸食笑气成瘾的经历“很可怕”。她说:“出国读书约10年,我一直都很有克制力,但吸了这个之后,身体和毅力全被摧毁了。”

笑气如何让这名女孩变成这样?笑气又是什么东西?有关专家对此进行了解答。

滥用笑气 危害健康

尹琳 喻京英



医说新语

儿童过敏发病率 攀升需警惕

张抒

日前,中国儿童过敏性疾病患病率攀升,大部分未得到规范、及时治疗,这可能会导致部分过敏性疾病患儿的气道出现不可逆的慢性损伤,使得他们成年后出现慢性过敏性气道疾病,个别患儿甚至可能会危及生命。在近日举行的2017世界过敏日高峰论坛上,中国医药教育协会儿科专业委员会主任委员申昆玲教授提醒儿童父母,早发现、早确诊、早治疗,让儿童远离过敏性疾病。

申昆玲说,过敏性疾病包括过敏性鼻炎、哮喘、湿疹、荨麻疹、结膜炎、食物过敏、药物过敏和严重过敏反应等。其中,儿童过敏由于其患病率显著增长,危害十分严重。在中国,儿童过敏的发病率已经猛增到了30%左右。儿童过敏主要发生在皮肤、上下呼吸道和消化道。通常最早出现的过敏症状是皮肤湿疹和过敏性鼻炎。如果过敏没有及时控制,症状会逐渐加重,出现过敏性鼻炎,支气管炎,直至出现哮喘。

申昆玲建议,如果儿童已发生鼻子或皮肤过敏,需要及时对症使用儿童专用抗过敏药物,如口服抗过敏药(抗组胺类药物)及儿童专用剂型的氯雷他定糖浆等。

申昆玲强调,随着社会经济的发展,饮食结构和生活环境的改变,过敏性疾病在全球范围内的发病率呈逐年上升趋势,甚至被世界卫生组织列为21世纪最严重的公共卫生问题之一。为此,中国医药教育协会儿科专业委员会开展了“儿童过敏医师培训项目论证讨论”。该项目拟通过搭建中国儿童过敏医师的培训平台,将儿童专科医院、儿童呼吸科、儿童耳鼻喉科的中青年骨干医师作为主治儿童过敏的一线核心力量,为医生进行儿童过敏疾病的诊断、治疗、预防等方面的专业教育培训,目的是培养更多获得国家级学会和国际资格认证的儿童过敏医师,让中国儿童过敏疾病的诊治逐渐向国际领先水平靠近,使更多的儿童远离过敏困扰,使其健康成长,让更多家庭受益。

诱惑追求新鲜的年轻人

笑气,学名一氧化二氮,是一种无色、有甜味的气体,具有轻微麻醉作用。笑气在临床上用作吸入性麻醉药,能够让人感到轻松、快乐,甚至出现幻觉。笑气的危害虽然比不上其他毒品,但长期或大量使用,会影响维生素B12的吸收及代谢,造成恶性贫血,导致末梢神经及脊髓病变,出现手脚麻木、无力等症状,还可能造成精神异常,如嗜睡、抑郁或精神错乱等,症状严重时甚至会危及生命。

北京中日友好医院神经内科主治医师王丽说,世界大部分国家和地区,吸食笑气并不违法。由于小罐装笑气吸入后可产生欣快感,在欧美国家和地区娱乐场所滥用普遍,其中青少年笑气滥用率甚至高达12%至20%。笑气的常见吸食方式是,用奶油气枪将笑气罐中的笑气抽出后充入气球内,在留学生圈这种行为被称为“打气球”。吸食后获得短暂的欣快感,加上“打气球”制作简单,材料易得,让不少年轻人为之痴迷,甚至有人将其视为聚会时“调动气氛”的物品。

在中国互联网社交网络和论坛上,介绍制作笑气“嗨气球”的网络文章也不时出现,一些人炫耀吸食笑气后的“愉快体验”,甚至公开介绍购买笑气罐的渠道,引来一些网友的好奇和羡慕跟帖。

据报道,在我国食品工业中,笑气常被用来制作DIY蛋糕裱花、花式咖啡和分子美食,在网上售卖的各类笑气罐包装上,大多明确标明它是淡奶油发泡的食品加工助剂,“不可直接食用”,但个人或组织大批购入笑气及相关制品并不受限制。笑气获取途径和市场流通有很大随意性,笑气罐不仅在许多城市的夜店酒吧贩卖,从淘宝、微信等网络平台也能轻易购得,源头获取环节并无限制措施,一旦发生因吸食笑气引发致病致死等事件,仅凭当事人供述,缺乏技术检测,相关证据支撑就显得十分单薄。

今年7月初,一则题为《气球毒害中国:比海洛因还狠,随便买,吸到溃烂、瘫痪,痛不欲生》的报道称,通过“打气球”吸食笑气的方式已进入中国,诱惑着一些寻求刺激、追求新鲜的年轻人。

首例治疗笑气成瘾的病例

2015年10月,北京中日友好医院神经内科收治了第一例因吸食笑气成瘾导致瘫痪的患者。2016年8月,患者当时的主治医师、神经内科的王丽博士,作为第一作者在《中国现代神经疾病杂志》上发表了病例报告《滥用笑气中毒致神经系统损害一例》,详细回顾了患者的临床表现、影像学特点、电生理学等改变,在院治疗经过以及对该病例的讨论。这也是国内第一篇关于“笑气中毒”的临床医学论文。

据王丽介绍,患者是一名20岁的女性,于入院2周前在美国上学途中无明显诱因突然出现黑蒙、意识丧失伴跌倒,数分钟后自行恢复意识,能部分回忆发作时情景,无抽搐发作。此后,自觉行走时双下肢乏力、足麻木,逐渐进展至双侧小腿麻木,行走不稳伴跌倒多次。病情进行性加重,入院一周前出现不能站立,双上肢活动不灵活、不能书写、双手和胸部麻木等;入院4天前出现排尿困难;入院2天前回国,至医院急诊科就诊,予留置尿管治疗。急诊留观期间出现双手不自主伸展样动作。患者出现了精神、智力、脊髓、小脑、锥体外系、周围神经广泛损害。在神经科检查中有“吟诗样语言,躁动、易怒、近记忆力下降、计算力下降,四肢肌力不同程度下降等表现……”综合分析多项检查结果,判断患者为典型的维生素B12缺乏致中毒性脊髓病(脊髓亚急性联合变性);周围神经病;肌张力障碍;共济失调。

患者自述在国外留学5年,饮食不规律,否认喜欢流连娱乐场所,否认毒物接触史和吸食史,个人史与家族史均无特殊。经反复追问其病史,患者才坦承,近1年间曾在聚

会上“将小罐装笑气充进气球吸食,近1个月因感觉无聊吸食10余次。”同时告诉医生,在国外时,共同吸食笑气的另外3名同学也出现了类似症状,正于当地医院接受治疗。

王丽认为,必须停止接触笑气,去除致病因素。她给予患者的治疗方案包括停止接触笑气、补充高剂量维生素B12等对症治疗后,患者记忆力、计算力好转,语言流利,双手肌张力障碍好转,不自主运动消失,可书写;近端肌力明显好转,病理征阴性;但其下肢周围神经损害严重,远端肌力恢复差,可能遗留后遗症。

防控青少年吸食笑气

王丽说,由于缺乏对成瘾性、耐受性、身体危害性和非法性的界定,我国法律对笑气并未作出明确定性,这导致目前笑气并不属于《刑法》和《麻醉药品及精神药品品种目录》中的毒品范畴。也正因此,全国各地因吸食笑气成瘾导致严重身心疾病的病例悄然增长。

2017年上半年,北京中日友好医院神经内科接诊了多例吸食笑气成瘾出现严重神经系统疾病的患者,其中最年轻的只有17岁。据患者介绍,他们身边还有吸食笑气的同学和朋友,因为不想被家长和学校知道,加上医学知识匮乏,这些青少年即使出现各种身体不适,也没有及时到医院进行治疗。

面对现状,王丽感到痛心,她在微信朋友圈写道:“今天专病门诊又接诊了一位17岁女孩,和朋友聚会间断吸食笑气1年,春节期间无聊连续吸食半个月,3月中旬出现四肢麻木无力。4月初再次吸食后不能站立及行走,心电图周围神经损害严重,查体提示脊髓损害。最近接诊此类患者发现,国内吸食笑气的青少年逐渐增多。”

王丽呼吁,学校、家长和社会各界都应高度警惕和制止青少年吸食笑气行为。特别是青少年应该时刻谨记,珍爱生命,远离笑气,切勿尝试。如有吸食者出现上述症状,应及时就医。

医疗前沿

精准诊断助力 肺癌诊疗全程管理

常工

日前,肺癌发病率和死亡率均高居癌症首位,已经成为中国主要疾病负担之一。与其他癌症相比,肺癌的5年生存率极低,严重危害人民健康,临床亟需精准诊疗手段,全面提高肺癌诊疗管理水平。

上海交通大学附属胸科医院呼吸内科行政主任姜岩教授表示,由于肺癌早期症状不明显,多数患者在确诊时已是局部晚期或发生转移,错过了最佳治疗时机。如果肺癌能被早期发现,并及时采取相应干预手段进行规范治疗,患者5年生存率可提高至80%。所以,精准诊断是肺癌精准治疗的前提,以诊断指导治疗,是提高肺癌疾病全程管理水平、提升肺癌患者的生存率与生活质量的关键。

随着医学研究的不断深入及对肺癌认识的提升,“肿瘤标志物对传统诊疗手段形成有力的补充,在肺癌的辅助诊断、疗效监测、预后评估和随访中有重要的临床价值和意义,在临床实践中有助于肺癌患者的全程管理。”姜岩说,在肺癌初次评估阶段,建议先进行肿瘤标志物联合检测,若检测结果高于正常水平,提示有病变和恶性的可能,则需做进一步检查。

第二军医大学上海医院病理科教授朱明华表示,随着不同癌症中基因的突变被不断发现,以及针对这些突变基因的靶向药物临床应用,组织学分型诊断为患者治疗带来了突破性进展,为推动个体化医疗提供了重要的指导治疗信息。

近年来,临床已经发现了一系列肺癌的驱动基因,如果患者携带这些突变基因,他们就很有可能从靶向药物治疗中获益。朱明华说,靶向治疗就是基于这些基因突变,有针对性和选择性地攻击恶性肿瘤细胞,而精准的检测对于靶向治疗患者的筛选起着决定性作用,可帮助临床鉴别出更多从靶向治疗中获益的患者。而准确识别基因突变类型,能帮助临床医生找到带有这些基因突变患者,在提高靶向药物疗效、治疗安全性以及降低医疗成本方面,发挥了巨大的作用。

链接

长期吸食笑气导致神经功能缺损

近20年来,国外有文献报道笑气导致脊髓疾病的病例,认为笑气与维生素B12缺乏性脊髓病相关。然而在2015年之前,国内尚无关于笑气中毒的文章发表。尽管已有研究显示,长期吸食笑气可导致神经功能缺损,医务人员仍对吸食笑气的不良反应知之甚少,因此,临床

极易漏诊。王丽认为,笑气中毒引起的神经系统损害是可治性疾病,早期诊断治疗,大部分患者的症状可显著改善。目前,由于吸食笑气成瘾病例数量不足,加上很多患者并没有就医意识,对笑气致病的诊疗研究还远远不够。

王丽提醒家长,应关注孩子的心理状态,同时,监管部门也应该对笑气进行销售限制,减少此类悲剧发生。



健康资讯

河南双域计划精准诊疗肺癌

本报电(兰婧)“双域计划”肺癌精准诊疗项目近日在河南郑州启动。

该项目是由河南省卫计委发起,河南省肿瘤医院联合部分县级医疗机构开展的肿瘤精准医疗适宜技术推广项目。旨在以提高基层肿瘤诊疗能力为重点,通过与县级医院建立医联体战略合作关系,将省级优势技术,特别是将基因检测和精准治疗方面的技术,应用到县域临床肿瘤科室,协助培训基层医生病理和临床规范化诊疗,为县域医院转诊患者提供绿色通道服务。

首家肿瘤微创介入集团成立

本报电(徐爱芳)中国首家肿瘤微创介入治疗医生集团近日成立。此举将缓解中国医疗资源分配不均,让医疗发展相对落后地区的患者也能接受高质量的医疗服务,同时也是《“健康中国2030”规划纲要》中明确提出的发展方向,对于提升中国整体医疗水平有着重要意义。

据介绍,集团专家来自大型教学类三甲医院的副主任以上级医师,其中核心专家顾问委员会成员为主任医师,具备丰富的肿瘤微创介入治疗经验。

关爱重疾儿童公益活动启动

本报电(王颖)“厚朴方舟 希望‘童’行——关爱中国重疾儿童公益活动(第二季)”近日在北京启动。来自美国国家儿童医院儿科肿瘤专家、小儿神经病学癫痫专家、哥伦比亚与康奈尔大学附属医院(纽约长老会医院)儿科心脏病专家不仅进行专题讲座,还以患儿为中心免费门诊交流。

专家呼吁,希望每一位活动参与者更加重视国内重疾患儿问题,帮助他们健康成长,与希望“童”行。



来自美国的专家现场面诊中

樱子摄

健康互联网

从“被动医疗”到“主动健康”

周莹

我国目前的社会医疗体系最缺少的是基层医疗,包括基础诊疗、家庭医生、社区诊疗等一系列基层医疗机构,数量上有待增加,服务能力和服务质量上也有待提升。在近日举行的中国互联网大会上,一场以“城市新中产的健康消费升级之道”为主题的圆桌对话中,来自健康领域的微医高级副总裁何超表示,作为消费升级的主力军,新中产阶层对商品品质和服务品质均有较高的要求。特别在医疗健康方面,新中产

阶层的需求已经从过去“有病治病”的被动医疗,转向主动管理自己和家人的健康。

何超强调,家庭医生式的高品质基层医疗服务,是实现分级诊疗、提升医疗服务品质的关键所在,不仅有助于解决百姓看病难的问题,同时也符合新中产阶层主动管理自身及家人健康的需要,促进了基层医疗健康服务的模式创新和品质升级,推动了居民健康方式从“被动医疗”向“主动健康”迈进。

如何看脾运化与血脂的关系?

王红蕊

高血脂症是血液中的脂质超过正常而出现的疾病。中医古代文献无“血脂”之说,中医把血脂叫做“膏”。血脂来源于五谷,血脂的作用是补益充养全身,因为它可以补益髓,故血脂过低容易得老年痴呆。血脂过高就会出现肥胖、高脂血症这些代谢系统疾病。《灵枢·五癯津液别》云:“五谷之津液,和合而为膏者,内渗入于骨空,补益髓髓,而下流于阴股。”《灵枢·卫气失常篇》云:“人有脂、有膏、有肉。”并指出各自的特点:“黄帝曰:其肥瘦大小奈何?伯高曰:膏者,多气而皮纵缓,故能纵腹垂腴。肉者,身体容大。脂者,其身瘦小。黄帝曰:三者之气血多少何如?伯高曰:膏者,多气,多气

者,热,热者耐寒。肉者,多血则充形,充形则平。脂者,其血清,气滑少,故不能大。”后世医家对其解释为“中焦之气,蒸津液化,其精微溢于外则皮肉膏肥,余于内则膏脂丰满。”

中医认为形成血脂是脾的运化不好。肥甘厚吃多了脾运化不了,就生成了痰湿。痰湿容易积蓄在体内,我们能看到的表现就是肥胖,看不到的就是血脂增高。高血脂症是动脉粥样硬化、心脑血管疾病、脂肪性肝病的重要危险因素。积极地控制高血脂症的发病,对于预防心梗、脑梗等致死性疾病有非常积极的意义。

我们给大家介绍一款简单的代茶饮,在炎热的夏季既可以解暑降温,

又可以降脂减肥。这款降脂茶的主要成分为绞股蓝,配生山楂、陈皮、决明子。绞股蓝又称天竺黄,又叫做福音草,味苦、微甘,性凉,归肺、脾、肾经,有益气健脾,化痰止咳,清热解暑的功效。绞股蓝素有南方人参之称,具有滋补、安神的作用,对降脂有很好的疗效,常服用无副作用。生山楂、陈皮都可健脾消食,理气化痰。决明子味咸平,苦甘微寒而无毒,咸得水气,甘得土气,苦可泄热,平合胃气,寒能益阴泄热,足厥阴肝家之正药也,亦入胆肾。这几种中药各取适量,用开水进行冲泡。如果方便,第一泡可以煮开,高温能够有效地帮助药物的有效物质分解,而后可以再续开水频服。现代药理学解

释此代茶饮能够清除肠、胃、血管壁上的脂质和其他附着物,软化血管,预防血小板聚集,保护血管内壁,降低血液黏稠度,阻止脂质在血管壁沉积,调节脂肪酸,达到降血脂的目的。同时,该代茶饮还兼有降血压、降血糖、抗过敏、抗肿瘤、保护肝脏等作用。脾胃虚寒,容易腹泻的患者应慎用。(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