

健康关注

“美腿杀手”——静脉曲张

钱宇阳

你的腿上有“浮脚筋”吗？所谓“浮脚筋”，就是下肢一些血管突出皮肤表面，看起来像蚯蚓一样，弯弯曲曲，疙疙瘩瘩，很不美观。其实，这是“美腿杀手”——下肢静脉曲张在作怪！

首都医科大学三博脑科医院疼痛科主任顾柯提醒，静脉曲张如果不及早治疗，病情就会加重，出现下肢肿胀、疼痛、疲乏、皮肤色素沉着等症状……严重影响患者的生活质量。

久站族易诱发静脉曲张

在酒店前台工作的49岁周女士（化名），1年前右腿患上了静脉曲张。起初周女士以为是皮肤病，用了各种药治了半年多，却不见好，疼痛也越来越严重。这是怎么回事呢？

顾柯说，下肢静脉曲张是一组由于大隐静脉瓣膜功能不全、静脉阻塞、小腿肌肉泵功能不全导致的下肢血液倒灌、回流受阻所致浅静脉曲张、静脉高压、皮肤微循环障碍的综合症。人体的静脉中有一种叫“静脉瓣膜”的东西，好像一个单向开放的阀门。人体的下肢静脉血流是从下往上流动的，当血液流动时，静脉瓣膜开放，血流通过。人体的下肢静脉血流通过后，因为重力等原因，血流往往会朝下返流，这个时候，静脉瓣膜就会及时关闭，防止静脉血流的返流。但是，如果静脉瓣膜损坏或功能不全时，当静脉血流朝下返流时，静脉瓣膜就不能及时关闭。一旦返流发生，在血液重力的作用

下，就会造成下肢静脉管壁变薄，出现静脉曲张。

一些外在因素会造成下肢动脉内压持久升高，如长期站立、慢性咳嗽、干重体力活、怀孕、长期便秘等都可使静脉内压力增高，进一步加剧血液对静脉壁的压力，并在外观表现为下肢静脉扩张，迂曲，隆起，也就是常见的“青筋腿”“浮脚筋”。女性往往比男性更易患此病，患病年龄大都在30~70岁之间。

静脉曲张与职业、生活习惯等密切相关，如教师、营业员、外科医生、边防战士、建筑工人、服务人员以及很多需要长久站立的劳动者，都属于下肢静脉曲张疾病的高发人群。

早诊早治效果好

在很多人的观念中，静脉曲张更多的是影响美观。但专家表示，静脉曲张的发展因人而异，有的人“底子好”，静脉曲张发展不快；而有的人随着退休和生活习惯的调整，使静脉曲张的发展有所缓解。但当静脉曲张发展到后期，不少患者下肢皮肤会因血液循环不畅而呈现黑色，还会出现脱屑、瘙痒、湿疹、溃烂坏死、破裂出血甚至形成静脉血栓等并发症。

对于已患静脉曲张症的人，由于静脉已经处于疾病状态，必须通过治疗才能改善，否则病情会继续发展。由于下肢静脉曲张早期除了影响外观外，并无其他症状及疼痛，因此并不会引起足够的重视，总想“等等看”。实际上，静脉曲张症患者如不及早进行治疗，病情就会

加重，此时，静脉就像蚯蚓般爬满大小腿甚至膨胀凸出，这时就算穿上袜子都遮掩不住。严重时还会出现湿疹、溃疡、静脉炎甚至静脉破裂出血。所以不建议拖延治疗。

下肢静脉曲张是一种逐步进展的疾病，早期静脉曲张虽然症状并不严重，但也正是治疗的最佳时机。到晚期时治疗的难度大、风险高，需要联合多种手术治疗才能凑效。临床上许多静脉曲张患者会选择“一切了之”，传统的手术方式需要在全身或半身麻醉的条件下开刀手术，将出问题的血管取出，又称剥脱结扎术。手术创伤较大，同时还容易复发。顾柯用拿手的顾氏针法给周女士带来新的选择，困扰其多年的“烂腿”终于变“好腿”了。

“顾氏针法”是顾柯领衔的医疗团队创新地将国际上先进的肌触点止痛术和传统针灸针法相结合，用来治疗静脉曲张，患者不住院、不输液、不需换药拆线，术后即可行走出院。这种治疗方法显著减少了患者手术的痛苦，更迎合现代人对美观的需求。

顾氏针法以西医人体解剖学（肌触点的分布）为基础，中医针灸技法为技，从患者的症状出发，在相应的肌肉筋膜上找到结节点（结节点可能不止一个），用针灸针将结节点打开，恢复小腿的肌肉泵释放的挤压力和损伤筋膜内的组织张力，以防止血液倒流，同时静脉血管就像水泵一样将积存在处于曲张状态的静脉中的血液往心脏方向提供。此外，由于局部微循环的加快，使曲张静脉的新陈代谢也加快，静脉的血液循环也能较快恢复正常。

医疗前沿

中国自主研发抗癌新药 首获FDA突破性疗法认定

珏 晓

美国食品药品监督管理局（FDA）近日授予一款在研的布鲁顿氏酪氨酸激酶（BTK）抑制剂赞布替尼（zanubrutinib）突破性疗法认定，用于治疗先前接受至少一次疗法的成年套细胞淋巴瘤患者。这是由百济神州自主研发的新型BTK抑制剂，是第一个在FDA获得突破性疗法认定的中国自主研发抗癌新药，也是中国大陆首个获得FDA突破性疗法认定的新药。这项认定的授予，标志着中国创新药在走向全球的进程中迈出重要一步。

据介绍，这款BTK抑制剂诞生于百济神州位于北京昌平生命科学园的研发中心，药物的设计旨在最大化对BTK靶点的特异性结合率，同时最大程度地减少脱靶效应。

2018年8月和10月，百济神州先后向中国国家药品监督管理局递交了针对治疗复发或难治性套细胞淋巴瘤与复发难治性慢性淋巴细胞白血病/小淋巴细胞淋巴瘤的新药上市申请，两项申请目前均已被药品审评中心纳入优先审评通道，有望于年内在中国首发上市。

本次赞布替尼获得突破性疗法认定，得益于其此前在一系列临床试验中展现的疗效，包括在套细胞淋巴瘤等多种B细胞恶性肿瘤中取得的良好数据。

据悉，百济神州正在针对套细胞淋巴瘤、华氏巨球蛋白血症等多个适应症开展广泛的临床研究，包括七项在全球范围或中国进行的3期或关键性临床试验，全球范围内已有超过1300位患者接受了赞布替尼治疗。

健康互联网

修订中药说明书 让用药更安全

杨春慧

由于中药特殊的发展历史、科学体系和行业要求，长期以来，大部分中药说明书存在着“尚不明确”的表述。在当前国家高度重视中医药，推进实施国家中药大品种战略的背景下，中药说明书的修订和完善是大势所趋。日前，江苏省药学会就此召开专家专题研讨会。

与会者认为，国家药监局对中药说明书的修订，是贯彻落实国家中医药政策的必要举措，是对中医药发展高度重视的体现，也是为中药大品种培育和发展奠定了基础。

江苏省药学会副理事长兼秘书长袁东海说，修订中药说明书，是国家对药品使用更严格和规范化的一种约束行为。

江苏省中医院药学部主任姚毅说，2017年国家药品不良反应监测报告142.9万份，其中中药不良反应占比16.1%，比例较低。

常州市第一人民医院药剂专家游一中举例说，蒲地蓝消炎口服液不良反应很低，并不意味着它没有副作用，而是说只要在医生、药师的指导下服用，其安全性是值得信任的。

东部战区南京总医院儿科主任夏正坤强调，要仔细研究国家药监局关于说明书修订的内容，药品说明书修订中并没有儿童“慎用”或“禁用”等条款，家长因此不必担心儿童用药的安全性。

健康资讯

“呼吸研究院”落户中日医院

本报电（仇玉青）中国医学科学院呼吸病学研究院（简称“呼吸研究院”）成立仪式近日在北京中日医院举行，标志着中国呼吸病学领域又一国家级研究基地正式建立。

据介绍，呼吸研究院成立之后，其主要任务是围绕国家需求和国际前沿，依据中国医科院的规划和要求，凝练科学问题，突出重点、特色，开展呼吸领域的重大基础理论、关键共性技术与转化医学研究等；开展呼吸领域前沿趋势战略研究；开展科技资源建设与共享应用；开展呼吸领域人才培养并承担相关教学任务。

雄安“院士论健”聚力健康中国

本报电（王艳萍）首届“雄安院士论健”暨推进健康中国建设峰会近日在雄安新区举行。由王陇德院士领衔的30余位医卫健康领域院士、专家学者与会。

本次“论健”主要聚焦“健康”，围绕“汇聚高端智力，建设健康雄安”的主题，从国家战略、大数据、精准医疗、慢病防控、医学创新、人才发展和健康产业等角度，探讨、交流健康中国、健康城市及健康雄安等系列议题。会议期间还举行了“雄安院士论健”公益讲坛揭牌仪式，同时还启动了“健康医学教育资源库”。

北京清华长庚医院将推出三项“工程”

本报电（韩冬野）我国大陆首家与台湾合作建设的公立医院——北京清华长庚医院2019年进入运营的第5年。近日，医院执行院长董家鸿表示，经过4年的发展，医院已完成一期综合学科体系的构建，一期1000张病床已经开满，占床率达到95%以上，医院将于2019年启动二期工程建设，并在清华大学人事制度改革确定临床医学教师队伍制度建设后，再次面向海内外发出“人才召集令”。

北京清华长庚医院自开业即借鉴台湾长庚纪念医院的管理经验与运营模式，推行具有创新性和借鉴性的改革举措，2019年将持续推进改善医疗服务行动计划，让患者就医更有获得感。

链接

6妙招预防静脉曲张

远离疾病，重在预防。静脉曲张具有一定的遗传性，所以如果有静脉曲张家族遗传史的人，在日常生活中应避免久坐久站，选择工作时也应根据自己的实际情况恰当选择。

- 1.避免长时间站立，工作需要时应每隔几分钟交换一下支撑腿，常做抬腿和勾脚运动，促进血液的循环。
- 2.静坐时双腿平行，不要将双腿交叉，每隔40分钟就起立活动一下。
- 3.经常锻炼，多去散步，增强腿部力量，养成一日数次躺下将腿抬高，高过心脏的姿势，可促进腿部静脉血液循环。
- 4.保持正常体重，体重过重会使腿部静脉负担增加。
- 5.平时不要提重物过久，不要束腰过紧。
- 6.多吃富含纤维的食物和水果，防止便秘。

3类人要注意静脉曲张

静脉曲张在生活中很常见，当你看到有的人腿上皮肤不对劲，出现了很多突出来的青筋，就可能跟静脉曲张相关了，轻则会影响腿部皮肤的美观，如果病情发展下去，还容易影响到人们日常走路，给下肢的血管造成伤害。

专家提醒，一旦当腿部出现不适，尤其是在走路的时候，有乏力的感觉或者是感觉皮肤出现了瘙痒，说明症状出现了明显的加重，需要高度重视。特别是以下三类人群：

- 肥胖群体。**体型属于肥胖的人，往往血管的能力要比正常体重的人群差，还会因为体内积攒的脂肪过多，增加各种疾病的发生危险。再加上一些肥胖的人不喜欢运动，造成机体的整个基础代谢率下降，血流不畅。
- 中老年人。**相关的研究发现，随着人们年龄不断增长，患上静脉曲张的概率也会增加。所以中老年人要注意每天的运动，如果工作比较忙，可以利用零星时间进行运动。
- 久坐、久站、久卧的群体。**这类人群往往下肢血液流通不畅，长期不变换姿势，会增加静脉曲张的发生。



妙手国医

“言温论疫”张之文

郑秀丽

张之文，成都中医药大学教授，当代全国著名温病学专家，首届全国名中医。1937年2月，张之文出生于四川省大竹县，1957年考入成都中医药大学医疗系，师承蜀中名医李斯炽、吴翰仙等人。1963年毕业于留校工作至今，其致力于温病研究，发展瘟疫治疗体系，学术造诣深广。

与时俱进 传承发展

张之文在全面梳理温病学的流派传承后提出，将温病学派四分法，即核心学派、温疫学派、伤寒学派和兼融学派，并对各学派主要医家的学术思想进行了深刻阐述，厘清了温病学派传承发展的脉络，为后世推进温病学研究指明了门径。

张之文还倡导建立中医感染病学，与时俱进地将传统温病学理论与现代感染病学接轨。2004年，为总结中医药防治感染性疾病的最新成果，他首次以“中医感染病学”冠名，主编出版感染病中医专著《现代中医感染性疾病学》，扩展了温病学研究领域，又突出了温病学新特色。

关注温疫 献计献策

张之文多年来潜心研究温疫学，他首倡温疫学说，将瘟疫分为五类，即温

热疫、暑热疫、温热疫、寒疫和杂疫，构建中医疫理论体系，弥补了传统温病理论研究的不足，奠定了学界对温疫研究的基础。他以温疫学说思想指导急性传染病的防治，为中医药防治突发公共卫生事件献计献策。2001年，张之文发表论文“温病学面临的挑战及其对策”，在全国较早提出要充分运用温疫理论防治突发公共卫生事件。2003年“非典”期间，他作为四川省“非典”中医防治专家，参与四川省中医防治非典方案的起草与修订，并就如何发挥中医优势在农村预防“非典”提出倡议，为全国防治“非典”献计献策。2005年，四川省突发人感染猪链球菌病，作为四川省中医防治专家组组长，他亲临疫区指导诊治。2006年，他将温疫学说作为一门学科加以建设，在成都中医药大学开设温疫学课程，主编教材《温疫学新编》。2008年“5·12”汶川地震后，他参与灾后防疫方案的制定，指导中医药灾后防疫工作的开展。成都中医药大学及附属医院，先后在安县、彭州、平武、芦山等地熬大锅汤药，开展中医药灾后防疫，使当地无一例灾后传染病发生。当年他被成都中医药大学授予“抗震救灾先进个人”荣誉称号。他还多次受邀赴台湾长庚大学，指导台湾流行性肠病毒（手足征）治疗。他关于温疫学派的科研成果已被纳入“十二五”和“十三五”规划教材，对现代温病学理论的发

展发挥了重要作用。

矢志临床 栽培后辈

张之文工作在临床一线近60年，如今，年逾八旬仍坚持每周3个半天门诊，深受患者好评。

学高为师，身正为范。张之文很早就在全国主办温病师资班，并为全军温病学习班、全国急症学习班主讲温病学，培养了一大批当今温病学学术带头人，并多次应邀赴德国、瑞士、日本、法国等地讲学。听过他讲课的人都有一个共同感受：张老师博古通今，言简意

赅，对于经典原文往往信手拈来，出口成章。张之文毫无保留地将自己所掌握的知识传给后人，他曾感叹：“梦里春回旧讲堂，古今驰骋继岐黄；老残未废心犹热，吐尽余丝倾九肠。”

每逢教师节，他都会收到众多学生发来的感谢与祝福，他说：“频频来短信，字字动真情；医道传承苦，杏林培植辛；耕书秉残烛，举盏润枯唇；假我延年寿，筑坛添火薪。”

学界称张之文：传承叶吴，发扬又可，精研温病，学界翘楚。为师，桃李满天，大树根深；为学，温病大家，同行称道；为医，仁济众生，佛手仙心。



图为张之文（右一）为患者把脉