

医疗前沿

中国艾滋病防治取得明显进展

舒梦

在第32个世界艾滋病日来临之际，中国疾控中心艾滋病防治中心党委书记刘中夫在2019世界艾滋病日宣传会上表示，目前我国艾滋病经血液传播已基本得到有效控制，静脉注射吸毒感染人数逐年减少，母婴传播率处于历史最低水平。刘中夫说，艾滋病防治工作也面临着一些问题和挑战，需要加大宣传、检测等综合治理工作力度，多措并举，巩固现有防控成效，创新防治策略，精准实施遏制艾滋病传播的防控工程。联合国艾滋病规划署驻华办事处顾问周凯表示，中国积极引入社会组织力量，堪称国际最佳实践，在促进艾滋病防治工作方面取得良好成效。此外，搜狗搜索还发布了《基于艾滋病相关信息网络搜索行为特征分析报告》，基于搜索大数据平台，整理出目前中国艾滋病相关内容网络搜索人群基本画像、网络搜索和高危行为基本特征等数据和信息，并对有高危行为的人群做了重点分析。搜狗搜索首席科学家、副总裁许静芳表示，该公司愿充分发挥搜索引擎的平台优势、人群优势及AI技术优势，在医疗卫生机构指导下，在疾病的预防控制和科学信息普及方面多做贡献，为公众提供更加精准、便捷、权威的疾病预防信息及服务。

健康互联网

发挥患者组织作用 协助创新药物研发

珏晓

一直以来，创新药物可及性低（可及性是指某种事物或某种技术所能涵盖并达到的效果），是阻碍患者获得生存希望、改善生活质量的重大短板。在近日举办的第二届中国患者组织经验交流会上，中国患者组织与行业协会、国外患者组织、专家学者等各方代表聚集一堂，共同探讨在大数据时代背景下，患者组织如何发挥自身优势，利用真实数据，参与药品研发、临床试验、审评审批等药物全生命周期过程，从而提高药物可及性。从全球经验来看，药物全生命周期的患者参与，能促进药物更快地研发上市，并客观影响政府决策，从而有效提升药物可及性。淋巴瘤之家创始人顾洪飞介绍了国外患者组织推动结节硬化症药物研发的案例。值得欣慰的是，该药物在中国的上市，是由中国蝴蝶结结节硬化症罕见病关爱中心组织推动，患者组织通过主动联系医生，参与计划并积极组织患者配合临床试验的开展，成功将药物带到了中国患者身边。

对此，顾洪飞表示，类似这样的经典案例，非常值得更多中国患者组织学习和借鉴，在药物研发早期阶段就让患者组织参与进来，将患者的声音及时反馈给药企，能确保药物开发优先围绕患者的需求进行。“患者的参与正是将患者需求融入到新药研发、监管政策路径中的重要策略，让患者能够真正买得着、买得起、用得上相关药物。但是这也对患者组织提出了更高要求，患者组织需要不断提升其专业能力。”罕见病发展中心创始人黄如方说：“如果患者组织专业能力不强，不了解研发过程，自然无法和药企在对等位置上合作。”据悉，美国食品药品监督管理局（FDA）将真实数据定义为涉及患者疾病诊疗收集的所有相关数据和信息，包括电子健康档案、医保、医疗服务流程和诊疗数据信息等。通过对真实数据进行分析和解释，可以使它们转变为真实证据，从而支持相关决策。目前，真实证据已在药物研发与审批、医疗保险支付等方面发挥了重要作用。

在中国，真实证据首先应用于支持药物研发、审批上市。今年5月，国家药品监督管理局药品审评中心起草发布了《真实证据支持药物研发的基本考虑（征求意见稿）》，标志着利用真实证据用以评价药物的有效性和安全性成为可能的一种策略和路径。

近几年，越来越多的患者组织开始有意识地收集患者真实数据，管理相关患者信息，同时进行数据分析，发布相关疾病领域数据调研报告，将大量证据和需求反馈给国家相关政策制定机构、药企，协助药物研发和政策突破。

中国抗癌协会康复会会长史安利表示，打造“以患者为中心”的医疗卫生生态圈，已成为未来发展不可阻挡的趋势。在整个生态圈建设中，希望企业、患者组织和社会各界共同携起手来，在政府主导下，从新药研发、药物审批、药品准入等方面形成多方参与的协同机制，建立多层次的医疗保障体系，让更多更好的药物惠及更多患者。

健康资讯

北京医院博士后科研工作站设立

本报电（贺鹏）国家老年医学中心——北京医院博士后科研工作站近日揭牌，与此同时，经中华医学会批准，由北京医院牵头成立中华医学会老年医学分会老年护理学组。据介绍，该博士后工作站的设立，将有利于推动国家老年医学基础研究、老年医学人才培养、老年疾病防控体系建设和老年康复、护理研究。博士后工作站是强化临床与科研的结合、提升医院科研实力、培养高素质人才的有效途径。老年护理学组的成立是为适应中国老年护理新形势和新发展，将不断满足老年人长期医疗护理、康复促进、健康教育等服务需求，不断探索符合我国国情的老年护理发展的道路。

清华现代医院管理论坛举办

本报电（冬野）清华现代医院管理论坛暨北京清华长庚医院创新发展大会近日在京举办。与会专家围绕“卓越医管，精智未来”的主题，一同探讨现代医院管理创新发展。会上举行了“中国智慧医院联盟”和“中国包虫病防控联盟”成立仪式。中国智慧医院联盟是由20家国内著名大学附属医院以及10家高科技企业共同成立，旨在搭建医研一体化的合作研发平台，在该平台上联合研发智慧医院相关的技术、标准和产品，多角度、多层次实质性快速推进我国智慧医院的建设。中国包虫病防控联盟由43家医院组成，旨在推进健康扶贫包虫病攻坚计划，集结全国优质医疗资源，推出包虫病防治组合拳，共同致力于包虫病清灰行动。

防“胃”杜渐 提升胃癌防治意识

本报记者 喻京英

胃癌是世界范围内发病率最高的癌症之一。据最新数据显示，中国胃癌每年新发病例数在常见恶性肿瘤中排第三位，每年新发病例45.6万，死亡人数39万，平均每两分钟就有1名国人因胃癌去世。近日，2019年首届“胃癌关爱日”公众宣教活动在北京举办，北京大学肿瘤医院季加孚、沈琳教授、解放军总医院第一医学中心令狐恩强教授、上交大附属瑞金医院朱正纲教授、中国抗癌协会康复分会主委史安利教授等国内胃癌领域权威专家百余人出席了该活动，他们呼吁全社会集结爱心，帮助胃癌患者，将每年11月29日定为“胃癌关爱日”。

胃癌高发 形势严峻

胃癌正在悄无声息地潜入人们的生活，胃癌的发生除遗传因素外，还与环境（如空气污染）和生活方式（如胃黏膜慢性感染、吸烟、饮酒以及不良饮食）等息息相关。据季加孚教授介绍，睡眠不规律、嗜爱宵夜、抽烟喝酒、重口味饮食等，这些不良习惯都可能引起胃部出现不适症状，甚至导致体重下降，当胃部出现这些异常反应征兆时，一定要早就医，及时诊断治疗。

我国目前的胃癌现状是发病率高、早诊断率低、死亡率高，很多国人对早期胃癌筛查意识薄弱。相反，韩国、日本虽然都是胃癌的高发国，但死亡率却较低，且呈明显下降趋势。究其原因，早筛率高是日韩胃癌死亡率下降的关键因素。据统计，我国早期胃

癌的诊治率低于20%（而日本的早期胃癌诊治率是70%，韩国是50%），多数患者就诊时已经是晚期胃癌，错过了最佳诊治时机。因此，加强预防、降低胃癌发生几率的同时，更要提高胃癌的早筛早查意识。

朱正纲教授在接受本报记者采访时表示，科学认识胃癌以及所患胃癌的类型，是获取最佳治疗的第一步，第二步是至关重要的“时间”概念，防治胃癌要有更“早”的行动意识，即“三早”：“早发现、早诊断、早治疗”，胃癌的预后与诊断时机密切相关，越早发现，治疗效果就越好。他说，胃镜检查加病理活检是胃癌诊断的“金标准”，是最有效的胃癌筛查方法，部分早期胃癌在内镜下局部切除病灶即可获得根治性治疗，早期胃癌及时治疗，其5年生存率高达90%以上。因此，积极贯彻并执行“三早”措施，提升胃癌高危人群筛查意识，是降低胃癌死亡率、延长患者生存时间的重要手段。

“靶”爱唤醒多学科协作

随着我国胃癌规范化诊疗水平的进步，我国胃癌防治也迈入精准时代。从病理上看，胃癌并非一种单一的疾病，在所有胃癌患者中，约16.6%的胃癌患者为HER2阳性，即6名胃癌患者中就有1名HER2阳性胃癌患者。HER2阳性胃癌是一类独特的疾病亚型，癌细胞增长更快、侵袭性更强，这类患者病情也相对更容易恶化。

我国胃癌患者对HER2检测的认知度普遍较低，

HER2检测率尚不足20%，这对患者制定个性化治疗方案影响很大。患者和医生重视HER2检测，并提高HER2检测的准确性，就可以更早的明确疾病类型，让患者接受更有效的“精准治疗”，改善患者生活质量，延长其生存时间。曲妥珠单抗是中国药监局批准的首个治疗HER2阳性胃癌的靶向药物，对于治疗中国的胃癌患者具有很好的疗效。

据专家介绍，多学科诊疗是胃癌精准治疗的关键。目前，临床多学科协作团队（MDT）是国际公认的主流肿瘤治疗模式，胃癌的治疗已经从单一的手术治疗进入到以围手术期多学科协作的全新模式，MDT已经成为晚期胃癌诊疗体系中的重要手段。MDT不但提高了胃癌的早期精准诊断率和治愈率，也可有效地帮助胃癌晚期患者选择最适合的治疗方案，全面推动我国胃癌诊疗水平的提升。

携手聚力 抗击胃癌

如何帮助癌症患者走出疾病阴霾、科学康复，已成为专家、患者、乃至整个社会共同关注的课题。据史安利教授介绍，今年只是向胃癌宣战的开始，此后每年的11月29日“胃癌关爱日”，都将开展不同形式的胃癌关爱及科普宣教公益活动，进一步通过普及胃癌防治知识，提高癌症患者对于疾病的认知，引导患者接受规范化治疗，提高治疗的依从性，并鼓励患者在亲友、康复组织等社会各界的关怀下，以积极、乐观的心态战胜癌症。

链接

如何早发现胃癌？我们应该怎么做？

我国胃癌发病区域包括东北地区、河西走廊、沿海地区（江浙、福建）等。从预防角度来说，首先要从生活环境入手。在生活习惯上，要提倡吃新鲜食品，拒绝吃变质、霉烂或少吃腌制食品，这种都是致癌物含量比较高的食物；一些经过高盐加工之后的食物，或多或少都含有一些致癌物。要保持良好的生活习惯，三餐饮食规律，不熬夜或少熬夜，这些都与健康有直接关系。

其次，对慢性的、良性的胃病要及时治疗，特别是国人幽门螺旋杆菌感染率比较高，要引起重视。幽门螺旋杆菌被世界卫生组织明确定义为促癌因素，是诱发胃癌的一个重要因素。所以一旦发现就要进行及时治疗，特别对一些癌前疾病或者癌前病变，要更多地重视，防止癌前病变演变成癌种。

其三，要重视体检。我国人口众多，不能做到体检普及化，特别是在经济欠发达或农村地区，体检普及还很难做到。即使在一二线城市，虽体检越来越普遍，但体检的针对性不强，比如不包括做胃镜等这类对胃癌或其它肿瘤筛查的项目，这些都是影响早期肿瘤发现的一些关键因素。如果以上这些因素能够得到改善，就可以大大降低未来癌症的发病率。即便是患了胃癌，也可以早期发现，对治疗带来很大帮助。特别是年龄超过45岁以上的人群，有肿瘤家族史、有胃癌前期疾病（如慢性胃溃疡、胃息肉、肥厚性胃炎、萎缩性胃炎等）的人群，一定要更加重视起来。

容生态总经理洪维表示，平台上健康类账号在2019年达到6.3万个，分别是2018年的1.3倍、2015年的15.3倍。这6.3万名创作者过去一年累计生产了394.9万条内容，阅读量10万+的爆款近3.2万。

为打造健康内容精品化，2018年推出的清风计划目前已覆盖上万名创作者，话题阅读量超63.9亿，讨论量186万。打造的100位健康真相官中，43位成为签约作者，过去一年创作了1.4万多篇辟谣相关文章。

2019年，今日头条为医生提供流量和IP打造扶持，主要包括：推出“了不起的医院”项目，目前北京协和医院、四川大学华西医院、暨南大学附属第一医院等104家医院已加入合作，入驻医生超1400位，生产内容14万余篇；与权威机构强强联合；开设多档医生栏目。

探索健康辟谣新模式
在2019今日头条算数健康大会上，今日头条与科普中国新媒体签订战略合作协议，将发挥中国科协权威科普资源优势和今日头条智能推荐引擎优势，使公众能便捷地获取科学、权威、规范的健康知识，共同打造健康中国科普最强音。

据介绍，2020年双方将探索健康辟谣新模式，开展科普专家团共建及科普能力培训。同时，中国科协专家团队将对平台健康领域高热内容进行科学性评估并认证。

健康大数据：

“失眠”首次上榜“十大最受关注疾病”

本报记者 喻京英

2019今日头条算数健康大会公布的数据显示，过去一年，“失眠”首次上榜“十大最受关注疾病”，且“90后”成为购买助眠类产品的主力军。同时，18岁至23岁的“95后”对健康关注度上升最明显，达46.9%，涨幅高于50岁以上人群的44.5%。

“95后”对健康关注度明显上升

数据显示，2019年，每天约有3500万人在今日头条平台上浏览健康内容，健康类资讯阅读量高达540亿，比2018年增加了60.7%，是2015年的近11.5倍。

上升的还有网友高频互动。其中健康类内容收藏数超7.2亿，比2018年增长50%；点赞数超3.2亿，增长461%；评论数8600万，增幅139%。

平台健康关注度数据还显示，18岁至23岁的“95后”对健康关注度上升最明显。

此外，控烟成为2019年网友最爱一吐为快的话题，紧随其后的是：有机食品、医院检查、白血病男童、生

子、名人去世、献血、肌肉抽筋、掏耳朵、心脏支架。

“失眠”闯入十大最受关注疾病

此次公布的“十大最受关注疾病”中，“失眠”以3.5亿之高的阅读量首次进入前十，位列第七位，前三甲仍被癌症、糖尿病、高血压“老面孔”占据。痛风、艾滋病、胃病、高血脂、冠心病、肝病位列前十。“数最贵的面膜，吃最贵的保健品，点最便宜的外卖，熬最深的夜”，成为当下不少年轻人生活的真实写照。数据显示，中国超2亿人存在睡眠问题或睡眠障碍症，其中失眠最常见，“90后”成为购买助眠类产品的主力军。

今年的“十大最受关注健康热词”榜上，“医生”位居第一，阅读量高达55.5亿。随后是食物、癌症、患者、血管、糖尿病、营养、肝脏、血糖、中医。

“了不起的医院”项目牵手104家机构

带来海量阅读的内容创作者有多少？今日头条内

杏林寻宝

——中华传统医药漫谈

肉苁蓉生长于荒漠之中，性甘、咸，温。归肾、大肠经。可补肾壮阳、填精补髓、养血润燥、悦色延年。用于肾虚、腰膝酸软，筋骨无力，肠燥便秘。《本草汇言》曰：肉苁蓉，养命门，滋肾气，补精血之药也。此乃平补之剂，温而不热，补而不峻，暖而不燥，滑而不泄，故有从容之名。肉苁蓉顽强的生命力，赋予了它神奇的功效，故享有“沙漠人参”的美誉。

肉苁蓉是历代补肾壮阳类处方中使用频度最高的补益药物之一，可见其补肾功能之强。肾藏精，主骨生髓，为先天之本，是体力产生的原动力和源泉。长时间运动、过度劳累会造成血虚酮下

降是机体运动能力下降和恢复过程延长的主要因素。肉苁蓉可防治运动导致的血虚酮降低，促进垂体内腺激素的分泌，加快疲劳恢复，提高运动能力。还可使定量负荷运动后，血乳酸堆积减少，清除加快，机体耐酸能力提高。肉苁蓉中还含有大量氨基酸、胱氨酸、维生素和矿物质等营养成分，可有效提高男性精子活力和质量。

肉苁蓉具有保护缺血心肌、降血脂、抗动脉粥样硬化和血栓形成、降低外周血管阻力、降压等多种药理活性。中医认为凡补肾之药，必上通于心，心得肾之精，而后无焦枯之患。苁蓉补肾之精，也可补心之气也。

肉苁蓉还可润肠排毒。其水煎剂具有明显的通便作用，可改善肠蠕动，抑制大肠的水分吸收，缩短排便时间。对老年人习惯性便秘、体虚便秘和产妇产后便秘疗效显著。

肉苁蓉还有抗衰老延年的功效。肉苁蓉药食两用，长期食用可增加体力、增强耐力以及抵抗疲劳。它也可改善机体的衰老症状，恢复人精力、体力和活力。据介绍，中国阿拉善盟查干希热嘎查村就有4位百岁老人，这里的人高血压、胃病、肾病、前列腺肥大等常见病的发病率极低。专家发现，这与当地居民独特的饮食结构有关，一是这里的

居民在炖羊肉时习惯放入肉苁蓉；二是习惯自家酿制的苁蓉酒。

（作者系北京朝阳中医医院副主任医师）



王红蕊

“沙漠人参”——肉苁蓉