

健康管理与慢病防控系列报道之九十六

□ 本报记者 李颖

癫痫并非“不治之症”

4岁的媚儿长得聪明可爱,去年下半年开始,她发现媚儿吃饭时经常愣神,不仅勺子会掉到地上,有时还用勺子在碗里搅来搅去。开始她并没在意,以为孩子贪玩儿。今年3月的一天,媚儿吃饭时突然又愣着不动了,勺子再一次掉到地上,几秒钟后,双眼向一侧斜,嘴角抽搐,还尿了裤子。家人急忙带媚儿到医院求治,医生诊断为症状性癫痫、复杂部分性发作、右颞底皮质发育不良。

“癫痫,在大多数人眼中是‘不治之症’,甚至还会影响智力,其实,这种看法是误区。”中国抗癫痫协会李世坤会长解释说,癫痫是神经内科第二常见疾病,而且是治疗效果比较好的疾病。

癫痫发病前有征兆

“癫痫的临床表现有多种类型,突然意识丧失,摔倒在地,四肢抽搐,口吐白沫等,这是人们最熟悉的癫痫典型症状。”中国抗癫痫协会青年委员会主任委员、北京大学榜首医院儿科主任姜玉武教授在授受科技日报记者采访时表示,并不是所有的患者都会出现这么典型的症状,像媚儿这样经常出现突然愣神、动作停止、无意识的重复动作等,都是癫痫的早期症状。

在癫痫发作期间患者会出现数秒不等的意识不清楚,自己并不知道发生了什么,过后患者会继续原来的动作。还有的表现为幻听、幻觉,不自主的重复做同一动作,如吮吸、咀嚼、发呆等,有时还会莫名其妙地发呆。“由于儿童表达能力有限,这些细微的动作常常被家长忽视,有的家长甚至把这些怪现象当成孩子的坏毛病给予呵斥、打骂,发展到出现抽搐症状时才到医院检查,往往错过了最佳的早期治疗机会。”姜玉武教授如是说。

4成患者治疗不规范

统计显示,目前中国内地约有900万左右的癫痫患者,其间有40.6%的患者没有得到合理有效的治疗,35.4%的患者治疗不规范。“由于边远农村地区医疗水平有限,癫痫病治疗存在很大缺口。”在“抗癫痫·西部行”公益活动中李世坤会长表示。

“在世界范围内,癫痫都是神经科最常见的疾病之一,对个人、社会造成沉重的精神和经济负担,因而受到各国政府和社会的广泛重视。”姜玉武教授介绍说,实际上,生活中大多数癫痫患者通过适当治疗以后病情可以得到完全控制,部分患者甚至停药后也不再复发,也就是可以治愈。“因此癫痫患者朋友不能盲目的过度灰心,应积极配合治疗,只有这样才能尽快痊愈。”姜玉武教授鼓励道。

寻医存在三大误区

有些患者在经过一段时间的治疗后,效果明显;而有的患者却越治越严重。为此,李世坤会长提醒说,癫痫治疗时不要任意和盲目,走进误区后受到痛苦的还是自己。

一是走错了路:不相信科学治疗癫痫的方法,而是走向迷信“偏方验方”的邪路;二是进错了门:有些患者轻信广告上的所谓“名医治癫痫”、不易复发的“纯中药制剂”以及“固本扶正、标本兼治……”制止神经细胞死亡,使受损神经细胞再生”等虚假夸大的宣传;三是用错了药:吃药跟着广告

走,迷信新药;四是找错了人:不少患者不去找专科医生,而是找那些所谓“神医”“游医”治疗,致使延误治疗。

“得了癫痫一定要去正规神经科/儿童神经科的癫痫专业门诊诊治。”李世坤会长强调说,有时症状就是相对稳定一段时间过后,症状明显加重,经诊断后发现早已贻误最佳治疗时机,因此也增大了治疗难度,所以说癫痫治疗要趁早,早明确诊断、早规范治疗。

发作时不能轻易掐人中

“遇癫痫发作时,很多人常采用掐人中、揪脖子、捶背等方法处理。这样做非但对病情无益,而且可能有害。”姜玉武教授解释说,当患者抽搐时,人为的外力是不能阻止患者肢体/躯体抽搐的,过度限制甚至可能造成肢体骨折、牙齿脱落等严重后果。掐人中如果不得当,造成局部皮肤破损,如果感染,很容易进入颅内,形成颅内感染。

那么癫痫发作时,怎么做才最科学呢?

首先,不要硬行塞东西入患者的口内更不要把手指塞进患者口内。有一种误区,认为患儿发作咬破舌头可能导致死亡,这个没有科学依据,大多数患儿发作时不会咬伤舌头,即使偶尔咬伤舌头,事后也会很快恢复的,不会造成严重影响,更不会因为咬破舌头导致死亡;

其次,不要用手硬按患者的手足,这样不可能减少发作的强度,有时还可能由于用力不当,造成患者软组织损伤或骨折;

另外,应尽量将患者安置在一个安全平坦的环境中,将紧扣的衣领松开,侧卧

位,头转向一侧,帮助患者呼吸道的分泌物及呕吐物的及时排出,维持呼吸道通畅,避免窒息及分泌物误吸至肺里。

抗癫痫要打持久战

“大部分癫痫起病于儿童期,患者及其家属应信任、配合专业医师进行诊治,60%—70%的癫痫能够得到有效控制,乃至彻底治好。”姜玉武教授直言,当前,中国癫痫病治疗中存在一些误区:一是整个社会缺少对癫痫病的正确认知,对患者及其家庭存在偏见和歧视;二是受过良好训练的癫痫专业医师明显不足,使得部分癫痫患者没有得到及时、正确的诊治,致使贻误最佳治疗时机;三是患者普遍存在急于治好的心理,没有耐心长期规范用药治疗,不能正确认识抗癫痫药的作用,过于担心抗癫痫药的不良反应,听信偏方或反复盲目就医。“这些都是致使‘医治缺口’的原因。”

目前对于绝大多数癫痫病人,最主要和首选的治疗仍然是口服抗癫痫药治疗,除非症状性(继发性)癫痫有明确的可手术切除的病灶,比如颅内肿瘤等。药物治疗应该遵循个体化的原则,根据患儿的实际情况综合考虑各种因素,选择各方面综合来看性价比最高的药物治疗方法给患者进行抗癫痫治疗。

姜玉武教授表示,癫痫的治疗是一个长期的过程。因此,患者在发作控制后,一般仍需坚持服用抗癫痫药物至少2年,然后根据癫痫病因、治疗情况、脑电图异常恢复情况等,综合判定是否可以停用药物,一般需6个月以上时间逐步减停所用抗癫痫药。

健康小贴士

外出前做好五项措施

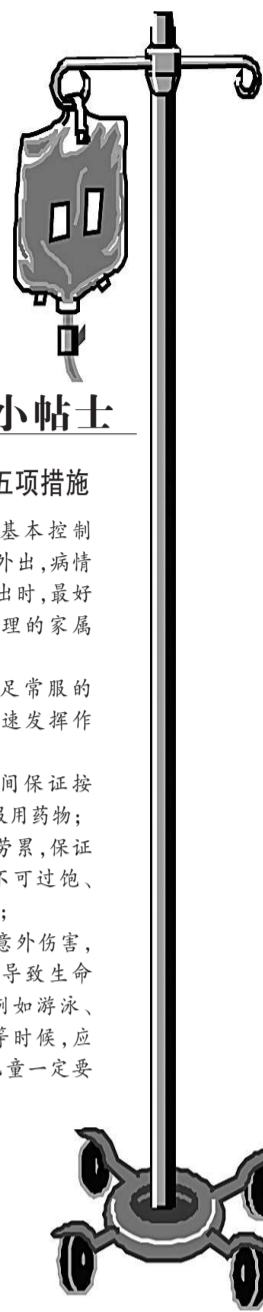
在发作没基本控制之前最好不要外出,病情基本控制好外出时,最好有懂得病情护理的家属陪伴;

外出时带足常服的药以及能用迅速发挥作用的药物;

在旅游期间保证按时、按点、按量服用药物;

不要过度劳累,保证足够的睡眠,不可过饱、过饥、过量饮水;

注意避免意外伤害,在发作有可能导致生命危险的地方,例如游泳、爬山、过马路等时候,应该更加小心,儿童一定要有成年人陪同。



味食创鲜

即开健康饮水机亮相京交会

科技日报(金虎)日前,在京交会的展柜前,一台只需三秒就能产生100摄氏度开水的设备引起人们关注。据介绍,比旗即开饮水机是深圳市比旗科技有限公司自主研发并申报了专利产品,此产品采用超导发热新技术,无电磁波和微波辐射,对人体健康无任何危害,对周围环境污染。另外,此产品的特点只需三秒钟即能产生100摄氏度的开水功效,能对所需要的水进行即时加热,解决了喝重复烧开的水的弊端,从而给人们的生活带来了方便、快速、安全、卫生、节能、足量和健康福音,也会在今后生活中将会取代传统饮水机的喜讯。

北方麒麟西瓜上市

科技日报(记者项锋)目前正是西瓜上市的季节。因为今年雨水比往年多,北京的麒麟西瓜价格比往年略低。记者自青山如画有限公司了解到,北京的麒麟西瓜已经上市,因为口感好、周期短,新品种一上市便受到消费者的欢迎。

西瓜不仅富有营养价值,除了不含脂肪和胆固醇外,还富含葡萄糖、苹果酸、果糖、蛋白氨基酸、番茄素及维生素A、B、C等物质。麒麟西瓜原产于亚热带地区的海南岛,果皮深绿色,含有丰富的矿物质和多种维生素,为消暑的佳品。

北京青山如画农业发展有限公司总经理张平告诉记者,一般来讲,由于运输的原因,南方的麒麟西瓜往往只养到七成成熟就采摘,所以北方的麒麟西瓜口感更好些。

据记者了解,一般来讲,一亩地可产万斤西瓜,为了保持西瓜口感保证食品营养安全,青山如画有限公司的麒麟瓜采用有机肥料,不重茬,为西瓜上市做好了充分准备。

果肉果汁也可勾兑成

科技日报(晨曦)用橙汁、苹果汁、碳酸式的带气汽水调成果汁,并且可以神奇地“生产”出带有果肉肉感的果肉果汁,在日前召开的2014年第十二届韩国美食文化节暨上海首家健康公开课“惠人芳”启动仪式上,首都保健营养学会副会长兼秘书长王旭峰表演了这一“技艺”,他说,只要这些食材是国家认可的食材,安全方面没有问题,只是这种勾兑的“果汁”没有营养价值。

“果汁饮料里含有很多水,饮用后可补充身体因运动和进行生命活动所消耗掉的水分和一部分糖、矿物质,对维持体内的水电解质平衡有一定作用。”王旭峰说,使用果汁可以使消化系统、泌尿系统和呼吸道患癌症的危险低一半,同时还能有效防止动脉硬化、高血脂和冠心病等心血管疾病。

本版与科技部社会发展科技司、中国生物技术发展中心合办

图片新闻



6月6日,中国房颤联盟和中国心脏健康教育联盟在北京陶然亭公园联合举办了第二届中国房颤日活动。今年的主题是:“关注心房颤,远离脑卒中”,这也是心脏健康教育周的活动主题。

中国心脏健康教育联盟主席、中国生物医学工程学会心律分会主任委员郭继鸿介绍,这次的主题活动与国际心律失常联盟的全球活动同步,我国也将在全国各地同步开展主题活动。据悉,此次心律失常联盟举办中国房颤日活动,旨在唤起医生和公众对房颤严重性的认识。

图为北京友谊医院心血管中心沈磊华主任医师正在进行义诊。

于明文并摄影

保健产业新观察

□ 张文铭

保健食品行业期待现行制度持续运行和发展

时下,即将出台的《食品安全法(修订草案)》中关于保健食品的“注册审批制度”有可能向简化“备案”制度转变的思路,在行业内外引起了强烈的反响。经过对中国保健食品自改革开放30年来起起落落的发展历程进行梳理,可以看到注册审批制度为保健食品行业的创新发展带来了积极的引导作用,同时,随着政府管理部门不断建立健全法律法规,进行有效监督管理,保健食品行业正逐步进入到“发展中规范,规范中发展”的良性循环阶段。笔者认为,是采用“注册审批制”还是“备案”制,应该进行全面综合、客观理性的分析,对于行业发展何去何从,方能给出一个积极的答复。

现行法律法规提高行业准入门槛

中国现行的保健食品管理制度(包括产品的注册审批制度、生产的GMP管理制度、广告的管理制度等)从上个世纪80年代创立,不断完善至今,已形成体系,有效地保障了保健食品的食品安全,促进和保障了中

国保健食品产业的发展。具体表现在以下三大方面:

首先,产品的注册审批制度为产品准入设置了技术门槛和法规门槛,有效地防止了大量具备高食品安全风险性质的产品的非法上市,同时对产品上市前提出了基本科学研究及质量标准研究的要求,保障了保健食品的基本科学性,有效地避免了盲目的夸大宣传。整个注册审批体系相对科学、有效,与全球其他地区、国家相比,优势明显。

其次,保健食品生产的GMP制度为保障保健食品的安全发挥重要作用。实行GMP制度需要较大的资金投入,从而防止了大量小作坊式的工厂进入保健食品行业,有效地保障了食品安全。中国的制度目前明确地比欧美等国要严格,需要坚持下去,树立中国制造的保健食品优质的良好形象。

第三,中国的保健食品管理制度在监管领域之前存在一部分盲区,政府加大力度管理了已获批准的保健食品的注册、生产、销售、广告等工作。有很多小型企业或不法企业大肆以普通食品形式经营保健食

品,产品未经注册审批即上市销售,大肆非法宣称保健功能甚至是治疗作用,此种现象在进口食品的领域尤其突出。由于管理的缺位,造成了大量非法产品横行于世,产生许多的误解,使老百姓、管理机构、甚至整个社会误以为保健食品行业非常混乱,而实际上的混乱主要是由这些未经批准的非法产品造成的。

“打四非”行动保障行业平稳运行

保健食品广告的预先审查,减少了产品的夸大宣传,但仍需加大查处力度。这几年来,在不断规范的法律法规作用下,国内保健食品的整体管理制度未出现任何重大的食品安全事故,运行良好。自2013年开展的全国“打四非”行动的结果看,已获批准的保健食品的违法现象极少,主要集中在夸大宣传方面,所以,笔者认为,应集中力量继续进行整治和改革,而不是对产品的准入制度和生产的GMP制度等领域进行大刀阔斧的改革,以避免造成新的食品安全风险领域。

进口保健食品管理缺位 国外模式不可盲目照搬

值得一提的是,一些进口产品利用中国老百姓对国外产品质量的盲目信任,宣称自己的产品为所谓的“膳食补充剂”,夸大宣传,过量添加活性成分甚至添加非食用物质等现象屡见不鲜,但因为监管的缺位,竟得不到有效地查处,产品至今横行于世。此类现象才是保健食品监管与改革的重点领域,应明确保健食品的法律地位,明确保健食品的监管机构,明确普通食品宣称保健功能这个现象要加大力度进行查处。

在美国FDA官方网站和欧盟的官方网站上,清晰记载了近几年多起涉及“膳食补充剂”和“食品补充剂”的恶性食品安全事件,可见,此领域是食品安全的敏感领域,以“备案制”为主的美国和欧盟的管理体系运转存在的问题,导致食品安全事件不断出现,中国决不能盲目模仿和改革。

促进本土品牌从弱到强 法律法规应力求稳定

中国的保健食品行业,自1996年开始,历经18年的艰苦发展初具规模,广大的保健食品行业从业者(企业家)积极努力地按照政府的要求苦心经营,创造了经济效益和社会效益。在中国现有的保健食品监管制度条件下,逐步建立了自己的GMP生产工厂,投入科研经费进行产品研发并实现有效的注册体系进行产品注册,获得注册批件以后进行生产和经营,总体运营状态良好,未出现大型食品安全事故,所以,对中国保健食品的法规制度而言,目前的保健食品行业企业是适应并拥护的。中国的保健食品行业企业希望以更加严格监管提升食品安全保障水平,提高注册审批的准入门槛和生产环节的监管力度,给中国的保健食品企业一个持续稳定的法规环境。

对于保健食品的“注册审批制度”向简化的“备案”制度转变,应持审慎的态度。特别是,简化程序,降低标准,必使大量原本就不守法经营的企业和产品更加轻易地把不法产品

投入市场,造成严重的食品安全问题,严重损害人民群众的身体健康,严重损害保健食品行业的形象,也严重损害现有保健食品行业企业的合法利益,给国家经济发展带来隐患。

笔者认为,对于保健食品管理法规的改革,不应过早的采用欧美法规的管理体系和方法,首先,无证据表明欧美国家相关产业管理法规的先进科学性;其次,行业管理法规的变化对保健食品行业的从业者影响最大,如果采用国外的管理方法对中国法规进行改革,势必造成中国企业的适应和困难,在这场全球保健食品行业企业轻易进入和侵占中国市场。笔者在调研中看到,中国的保健食品企业均要求在保健食品安全的前提下,维持中国保健食品管理法规的特色和完整性。

近年来,全球保健食品(或称作膳食补充剂、健康食品、食品补充剂等等)行业均以飞速发展,各国也都把它作为促进经济发展的重点和促进进口的不适应和困难,在这场全球保健食品行业的竞争格局中,中国的保健食品行业该如何保持优势、稳住市场,与跨国公司抗衡?答案应该是:坚持中国特色的保健食品的管理法规体系,坚持中国保健食品的科学管理功能声称,坚持中国保健食品严格的GMP制造要求,树立中国保健食品行业现有的发展模式,逐步扩大规模,使自有品牌从弱小走向强大,实现中国保健食品行业的“中国梦”。