

健康管理与慢病防控系列报道之一一三

□ 本报记者 李颖

# 春季当心精神疾患复发

据中国疾病预防控制中心精神卫生中心发布的数据显示,我国各类精神障碍患者数量在1亿以上。按2014年末中国内地人口13.68亿推算,中国内地精神分裂症患者约有1780万。在由赛诺菲公司主办的“励精图治”精神分裂症全程管理论坛上,深圳市精神卫生中心主任、康宁医院院长刘铁榜教授透露,我国仅有50%的精神分裂症患者得到治疗,而能够得到规范治疗的比例更低,仅有25%。

“精神分裂症是一种高复发率、高致残率的慢性迁延性疾病,药物治疗是目前的主要手段,治疗应系统而规范。”刘铁榜指出,如果不连续治疗的话,平均每4位患者中,有3位都会复发,而且病情会越来越严重。

## 精神分裂症好发青春期

精神分裂症往往出现在青春期、青少年、成年早期,而这一时间段正是学习、工作发展最为旺盛的阶段,如不及时治疗,患者很可能就此落后于社会的发展脚步,为患者本人、家庭和社会带来巨大的痛苦。另外,精神分裂症也“重男轻女”。

“男性发病率高于女性,治疗效果却比女性差。”刘铁榜透露,研究发现,雌激素对女性起了很好的保护作用。

武汉大学人民医院神经精神研究所所长王高华教授指出,在摧毁患者精神意志的同时,精神分裂症也是诸多躯体疾病的重要诱因。根据临床观察:患有精神分裂症的患者发生心血管疾病、肥胖等疾病的概率大幅增加。“有数据表明,20%—40%的精神分裂症患者会在一生中有自杀的企

图,约有5%—13%的患者最终‘成功’了。”

“精神分裂症不仅仅是患者及其家庭的事,更事关全社会的和谐安宁。”刘铁榜表示,以暴力事件为例,正常人在日常生活中出现暴力的几率是7.3%,得了精神分裂症的患者会达到16.1%,如果有酒精依赖酗酒的可以达到35%,而如果遇上酗酒的酒精分裂症患者暴力倾向几率达到43.6%。

## 三原因易诱发精神分裂症

对于精神分裂症的发病原因,专家们打了个比方:人的精神世界就像是一面墙,精神分裂就好比墙出现问题,受到冲击时倒塌,而这倒塌的原因既有墙本身的因素,也和冲击的大小有关。

王高华介绍,精神分裂症的发病因素主要包括三方面:

生物学因素:即患者本身的因素,通常跟性格、个人的社会适应性等有关。调查显示,精神分裂症患者中的50%—60%在发病前具有某种特殊的个性特征,表现为孤僻、冲动、内向、多疑敏感、好幻想非非等。

心理学因素:即外界因素,一般认为生活事件可诱发精神分裂症,如失业、失恋、学习紧张、家庭纠纷、夫妻不和、意外事故等均对发病有一定影响。

社会学因素:俗话说“一个好汉三个帮”,“一个篱笆三个桩”,如果患者在遇到一些突发事件时,家庭、社会能给予及时关心、帮助,可能会阻止患者发病,反之则会加剧发病。

另外,王高华表示,由于精神分裂症的病因尚未完全明确,因此不能说其具有遗传性,但临床确实发现,病人家属的患病率比一般居民高得多,并且血缘关系越近,发病率越高。相关调查研究发现,精神分裂症患者的家庭成员中,精神病的患病率比一般居民高6.2倍。父母双方均患精神分裂症者,其子女患病率为35%—68%。

“阳性”症状需早期干预

“精神分裂症是指一组病因未明的重性精神疾病,具有认知、思维、情感、行为等多方面精神活动的显著异常,并导致明显的职业和社会功能损害。”上海市精神卫生中心院长徐一峰介绍,临床主要表现为妄想、幻觉、思维(言语)紊乱、动作与行为紊乱、情感淡漠与动力缺乏等阴性症状这5类中一种或多种,大多数患者对疾病无知力,否认自己精神症状是一种病态。

徐一峰透露,临床表现为妄想、幻觉等明显的精神病性症状,称为阳性症状;情感淡漠、社交退缩等精神衰退症状,称为阴性症状。“当阳性症状很突出活跃时,预示着疾病处于早期、急性期阶段,应抓紧时间给予积极治疗。”

“在有阳性症状的精神分裂症患者中,幻觉妄想占了绝大多数(40%—50%)。”王高华表示,幻觉妄想除了严重干扰患者的社会生活之外还会支配产生兴奋躁动激动的行为异常。氯氮平是临床广泛使用的第二代抗精神病药物,尤其是对伴有幻觉妄想等阳性症状的急性期精神分裂症患者。它不仅能够有效控制精神分裂症多维症状,且对其他受体基本无作用,所以较少产

生过度镇静、肥胖、代谢异常等不良反应,对改善生活质量及情感认知方面也具有很大的优势。

## 治疗需掌握“四项原则”

高复发是精神分裂症的主要难题和挑战。研究表明,我国精神分裂症患者1年复发率是40.8%,5年内的复发率超过80%,中断药物治疗者的复发风险是持续药物治疗者的5倍。专家表示,高复发是精神分裂症治疗中的主要难题和挑战,从急性期到维持期的持续有效治疗是降低复发的关键。

徐一峰指出,复发的危害主要体现在两方面:首先,加重大脑功能的永久性损害,患者的认知功能和社会功能会逐步下降;其次,复发造成的频繁入院和更长的住院时间使得患者对治疗的抵触情绪加重,给家庭和社会造成更大的经济负担。当然,疾病的复发受到诸多因素的影响,其中药物依从性差导致的复发占43%。

“绝大多数精神疾病通过药物控制能达到很好的疗效,虽不能根除,但经过治疗可以稳定,患者的生活自理能力、社交能力和劳动能力基本都能恢复到病前水平。”王高华表示,对于精神分裂症患者,强调积极有效的心理疏导以及家庭社会环境的干预也非常重要。

最后,刘铁榜强调,精神分裂症治疗要掌握“四项原则”,即尽早治疗、以精神科治疗为主、以药物治疗为主、药物治疗要足量足疗程。在防治精神障碍上,一定要记住“尽早治疗”和“任何时候开始治疗都不晚”。

## 健康小贴士

### 出现下列情况要去看精神科

有别于以往:过去的他和现在的他完全判若两人,性格改变。过去这个人很阳光,现在不正常。过去很开朗,现在却谨小慎微,疑神疑鬼,很狭隘。

有别于旁人:他跟周围的人,跟我们常人所遵守的行为准则不一样。比如在一个应该悲伤的场合,他反而哈哈大笑、兴高采烈。在一个很严肃的场合,这个人却拿捏不住,做出了很多有违社会规范和行为准则的行为。

显得很怪异:精神活动是个整体,结果这个人不是一个整体了,就要考虑送医院检查。他想的是一个不值得悲哀的事情,可是他表现的情绪是很悲哀的,做出的行为是冲动的。自己内部的精神活动的统一性、完整性破坏了。

## 信息快递

### 北京培养万名健康生活方式指导员

科技日报讯(记者李颖)近十年来,北京市各种慢性病的患病率较高,呈现持续上升趋势。高血压、糖尿病等慢性病已成为威胁居民健康的主要因素,而这些慢性病多与生活方式不健康有关。近日,北京市卫计委表示,北京市自开展健康生活方式指导员工作,截至目前,已经培养了近万名健康生活方式指导员,他们将负责向家人、亲朋传授健康生活方式,起到了“一传十,十传百,百传千万”的效果。

健康生活方式是指来源于人们生活中的有益于健康的日常生活行为。养成良好的健康生活方式,能够预防包括慢性病在内的众多疾病,主要包括两个方面内容:一是以合理膳食、适量运动、戒烟限酒、心理平衡为内容的健康基本行为;二是以预防肥胖、血脂异常、高血压、糖尿病、心血管疾病、脑卒中、癌症为内容的慢性病预防控制。

健康生活方式指导员招募的基本条件是:非在职医务人员,只要他具备较好的沟通表达能力,本人不吸烟、不酗酒,坚持锻炼身体,热心健康知识宣传,在参加了专业机构的培训,取得合格证书后,都可以被招募成为健康生活方式指导员。

### 母婴信使公益短信项目启动

科技日报讯(记者项锋)3月8日,中国疾病预防控制中心妇幼保健中心与强生公司启动“母婴信使”公益短信项目,旨在提高妇幼卫生服务利用率,以及促进孕产期及婴儿健康。双方表示将致力于提高中国农村地区的孕产妇及婴儿家庭自我保健能力和科学育儿水平,并通过这一合作加快中国实现千年发展目标中有关母婴健康指标的步伐。

“母婴信使”是由国家卫生和计划生育委员会妇幼健康服务司指导、国家妇幼保健中心实施、强生公司资助的为期三年的公益项目。项目以手机短信的形式为中国七个省的农村地区的孕产妇及婴儿家庭提供免费的、个性化的母婴健康信息服务。“母婴信使”项目将在广西、河南、湖北等地的63个县分阶段展开,为广大身处医疗资源和服务相对匮乏地区的孕产妇提供孕产期及婴儿保健信息。目前,试点工作即将开展。

### 康宝莱中国市场销售额劲增37%

科技日报讯(记者吴红月)全球营养品巨头康宝莱近期公布了2014年全年业绩及第四季度财报。数据显示,2014年,康宝莱年净销售额达50亿美元,创历史新高;服务数量增加至400万,较2013年增长了8%。此外,康宝莱调整了2015财年的每股收益指引,至4.10美元到4.50美元之间。

备受关注的康宝莱(中国)在2014年全年依旧保持了两位数的稳健增长,2014年销售额(含税)达到55亿元,较2013年增长了37%。

康宝莱董事会主席兼首席执行官迈克·奥·约翰逊表示,为了实现增长和可持续发展,2014年康宝莱在诸多业务上进行了改革。2015年不仅是康宝莱成立35周年,并且也是康宝莱正式进入中国市场的第10年,康宝莱将继续稳扎稳打,为解决全球人口老龄化、肥胖率不断攀升和就业不足提供有效帮助。

## 就医顾问

# 家族息肉不可忽视

□ 刘晨

2015年的农历春节刚过,北京大学肿瘤医院结直肠外科李明主任医师的办公室就来了一位农村女孩。李明主任医师依稀觉得这个女孩有些面熟,经提醒才想起她有个双胞胎姐姐,两年前是他主刀做的手术,而且想起了笼罩在女孩家族的一个巨大阴影,李明主任医师心里默默想着,看来这次妹妹也没能躲过……两年前,年仅31岁的双胞胎姐姐患有肠道多发息肉,通过手术做了全部结肠预防性切除。当时经过详细询问病史得知,患者的母亲、两个哥哥都已经因为结肠癌去世,这个家族中的第三代,已经有三个女儿、三个儿子,其中一个19岁的女儿已经出现了类似症状。家族中的成员结肠内都密布着大大小小的息肉,数目成百上千,像一个巨大的阴影笼罩着这个家族。

肠道内的息肉就好像人们皮肤上的瘰子,是个凸起的小东西,随着时间的推移会逐渐长大,有些最后会恶变为肠癌。普通人做肠镜检查有可能会发现一、两个息肉,处理很简单,肠镜下就能摘除。这种情况比较简单和常见,危险也不大。

但是如果息肉数目非常多,就好像铺路石一样,而且家族中多人都是类似情况,那就值得万分警惕了。如果患者是家族性、遗传性的息肉病就必须做预防性切除。家族性、遗传性息肉病是一种遗传性疾病,怎么遗传呢?比如如果夫妻俩都有此情况,那么他们的子女百分之百的都会有肠道多发息肉,如果夫妻俩只有一人患病,那么他们后代可能有一半的几率患病。

李明介绍,多发息肉病又叫家族性腺瘤性息肉病,是一种遗传性疾病,而且多



发,可布满结肠和直肠,具有很高的癌变倾向。一般好发于青年,15—25岁青春期开始出现临床症状,30岁左右最明显。通常这些患者的表现是腹泻、便血、腹痛等。

最可怕的是这种患者最终一定会因为息肉恶变为肠癌。但是目前对这个疾病的治疗方法非常有限,最好的办法是将全部结肠预防性切除,也就是在没有恶变前全部切除。

遗传因素在家族息肉中扮演着重要角色,虽然家族成员会始终存有心理负担,但是有研究显示,正是因为有所警惕,所以家族成员或许可以幸免于难。李明告诫有阳性家族史者应警惕本病,如果家族中一个人有这病,且父辈中也有,那么全家人都要及时筛查。

对待息肉,绝不能姑息迁就,早发现、早治疗,可以挽救患者生命。

## 快讯

# 罗氏诊断助力STD检测

科技日报讯(记者李颖)“cobas 4800 CT/NG检测的上市对于预防及控制性传播疾病(STD)具有非常重要的意义。”中国疾病预防控制中心性病控制中心副主任陈祥生教授表示,目前,预防及控制STD已成为全球性的公共卫生问题。

陈祥生指出,STD的急性感染、慢性症状都有可能对女性不孕、异位妊娠、宫颈癌等后果。若能尽早诊断和治疗,CT/NG感染是可以实现治愈的。因此,除了对公众进行健康宣传及教育,提高人群对疾病的认识,采取有保护措施等

行为干预外,针对高危人群进行筛查,提高临床诊断及治疗的生物医学干预更加重要。

3月12日,罗氏诊断宣布,用于筛查及诊断沙眼衣原体(CT)与淋球菌(NG)病原体的全新cobas4800 CT/NG检测项目,于2014年12月获中国国家食品药品监督管理局(CFDA)批准在华上市。该检测也是唯一同时获得CFDA和美国食品药品监督管理局认证的CT/NG检测项目,通过体外核酸扩增技术,帮助在常规临床筛查和诊断中发现有症状和无症状CT/NG感染者,实现对患者的早期筛查与早期治疗,为减少患者远期并发症及安全提供保障。



在第十六个全国“爱耳日”当天,三军医大口腔医院耳鼻喉科在门诊开展“爱耳日”惠民义诊,通过专家咨询、现场查体、发放资料等方式让广大市民和患者了解安全用耳对预防噪音造成的耳部残疾具有重要意义。  
万国忠文/摄影

B

## 健康提醒

# 为何接种过疫苗仍患麻疹?

□ 戴欣 本报记者 罗朝淑

临近2015年的春节仅有几天,从小到大连输液都没输过的洛女士却因一场麻疹不得已住进解放军302医院。洛女士觉得自己这场病生得不明不白,她既没有与高危人群接触过,近期也没有去过医院等场所,而且她小时候明明就是接种过麻疹疫苗的,怎么还是得了麻疹?科技日报记者就此采访了解放军第302医院感染性疾病诊疗与研究室副主任聂为民。

## 麻疹到底是一种什么疾病?

聂为民告诉记者,麻疹是一种在冬春季常见并且高发的急性呼吸道传染病。由于麻疹具有极强的传染性,所以在人员拥挤、空气不流通的环境中,病毒很容易传播。事实上,麻疹病毒在外界环境中抵抗力不算

强,对干燥、日光、高温和一般消毒剂都没有抵抗力。在阳光下或空气流通环境中半小时就失去活力,在室温下仅存活2小时,56℃时30分钟即被破坏。能耐零下冰冻,所以总是冬春季节高发。

聂为民介绍,自从20世纪60年代麻疹减毒活疫苗研制成功推广以后,麻疹的发病率和死亡率明显下降。美洲地区已于2000年实现了麻疹消灭的目标,中国所在的西太平洋地区也提出了在2012年消灭麻疹的目标。但是由于免疫空白、免疫失败、流动人口增加,既定的策略与措施未得到切实落实,近几年中国的麻疹发病率又有所上升。今年1月在北京某大厦就发生了一起麻疹暴发的病例,导致28人感染。

聂为民认为,麻疹在局部地区或场所出

现聚集性暴发并不可怕,只要及时就诊,一般预后都比较好。但如果诊断不及时,治疗措施不当,引起并发症,就会给健康带来一定的影响。

## 麻疹病毒有无变异?

近几年成人麻疹病例不断增加。2013年北京、天津、上海15岁以上麻疹患病人群所占比例均超过了60%,而宁夏2013年也发生了以成人为主的麻疹暴发疫情,全年15岁以上麻疹病例占到了77%。

不是麻疹病毒出现了变异?之前的疫苗接种不起作用了?聂为民告诉记者,麻疹病毒是遗传比较稳定的病毒,只有单一的血清型,但是从20世纪80年代以来国内外陆续有报道称发现了麻疹病毒的变异。但

这种变异对疫苗保护性影响不是很大。我国科学家冯德杰等对我国麻疹疫苗株S191N基因稳定性及免疫细胞表位分析时发现,S191与世界流行株的同源性达到了94.7%—99.4%,和中国流行株代表序列的同源性为95.0%—95.4%。

“所以现行疫苗仍有一定的保护力。”但聂为民同时又告诫说,“冬春季是麻疹的高发季节,虽然接种疫苗仍是目前预防麻疹最有效的措施,但接种后并非终身免疫。”

聂为民告诉记者,“接种麻疹疫苗后,最早于12天时,血液中会出现抗体,1个月时抗体达到高峰,2—6个月后血液中的抗体逐渐下降,但仍维持在一定水平,可以保护人体不感染麻疹。但这种抗体一般仅能维持10—12年,此后会逐渐下降甚至变成阴性,

部分儿童接种疫苗4—6年后抗体就可能全部消失。这些抗体消失后的人群又成为新的易感人群,此时一旦与麻疹病毒接触,即可发生临床型麻疹。所以,疾控部门建议,5年内没有接种过麻疹疫苗的40岁以下成年人,可考虑在疫情暴发期接种麻疹疫苗。”

## 怎样才能远离麻疹?

普通百姓怎样才能更好的保护自己,远离麻疹?聂为民告诉记者,对于任何传染性疾病预防来说,主要是通过三条途径。

一是远离传染源。少去各种人多的场所,避免与高危人群如高热病人接触,去医院就诊应做好防护措施,如戴好口罩等。

二是切断传播途径。保持居室通风,麻疹病人居住的房间,用过的衣物,经通风、日晒

后,空气中的传染性颗粒即被稀释至可感染的浓度以下,且麻疹病毒对外界的抵抗力又不很强,经此种处理后,传染性即不存在。至于接触过传染期患者的人立即再去接触易感者时,也有携带病毒传播开来的危险,故应先更换外衣。洗手脸或在室外逗留20分钟,除去表面沾染的麻疹病毒后再去接触易感者。

三是保护易感人群。除半岁以内的婴儿和隐性感染者外,凡是没有出过麻疹的人,无论年纪大小,性别如何,均为易感者。应按计划进行疫苗接种,提高自身麻疹免疫力。对体弱多病及营养不良的儿童进行重点保护。

聂为民强调,麻疹的预防最重要的就是接种疫苗。但由于麻疹疫苗不是终生免疫的,所以要切实做好8月龄、18月龄儿童的常规接种。