

■健康管理及慢病防控系列报道之一一七

□ 本报记者 李颖

幽门螺杆菌缘何惹病上身

小李从小胃部就有毛病,时常出现厌食、腹痛、腹胀、恶心、呕吐、泛酸、嗝气等症...

共卫生问题。“幽门螺杆菌感染使胃癌的患病危险增加了2.7—12倍,同时是慢性胃炎、消化性溃疡的主要致病因素。”

制,直至完全治愈。”房静远强调,特别是有孩子的家庭,尽可能不要跟孩子亲嘴,不要口对口喂食,以免发生感染。

萎缩、中重度肠化、不典型增生或现在称为的高、低级别内瘤变)时,应进行根除治疗。

对于那些没有胃癌家族史,无明显消化性系统症状者,不必太紧张,身体不适时随时看医生,定期体检即可。

追查病因时,专家了解到,小李从小是奶奶带大的,疼爱孙子的奶奶喜欢对口对口地喂食或将食物嚼碎后再喂,喂食时还先用舌头试试食物的温度。

共用餐具可引发胃病

如今,随着检测水平的提高、生活方式的改变以及工作压力的增大,年轻人罹患胃病的比率则呈现出逐年上涨的趋势。

幽门螺杆菌并不可怕

流行病学调查显示:幽门螺杆菌感染与胃癌之间有相关性。感染了幽门螺杆菌的人群患胃癌的危险性几乎是未感染人群的4倍。

四联疗法可以提高根除率

吕农华指出,首次成功根除幽门螺杆菌尤为重要。研究发现,如首次根除不成功,由于抗生素耐药的原因,再次根除的成功率将大大降低。

健康小贴士

注意生活细节有助预防感染

幽门螺杆菌主要是经口腔进入人体,这种细菌常存在于带菌者的牙垢与唾液中,因此注意口腔卫生、定期换牙刷是预防该菌感染、预防胃病与胃癌的重要措施。

感染率高达40%

幽门螺杆菌到底是一种什么样的细菌?据了解,它是一种螺旋形细菌,主要通过三种方式致病:它能定植于胃黏膜;它所含的毒素、毒性酶能直接损害胃黏膜;感染可引起高胃泌素血症使胃酸分泌增高。

“幽门螺杆菌感染与胃癌有关。”中华医学会消化病学分会常委兼副秘书长、上海交通大学医学院附属仁济医院消化科主任房静远教授表示,与幽门螺杆菌感染者长期共餐则有被传染的可能。

但是,胃癌可能是幽门螺杆菌与其他因素共同作用的结果。专家分析,发生胃癌与幽门螺杆菌的菌株有很大关系,只有含有CagA基因、具有空泡毒素活性的幽门螺杆菌才有毒株,才有可能导致胃癌。

四联疗法即PPI(质子泵抑制剂)+克拉霉素+阿莫西林/甲硝唑+铋剂,通常10—14天为一个疗程。

此外,改变用餐方式选择分餐制或使用公筷也很重要,大人不要用嘴对嘴的方式给婴幼儿喂食或将咀嚼后的食物给孩子吃,这种方式容易把幽门螺杆菌传给孩子。

统计显示,在我国20—40岁的人群,幽门螺杆菌的感染率高达40%—60%,70岁以上高达78.9%。然而其感染潜伏期长,难以察觉,20%感染者没有明显症状,只有一小部分人会进一步引起胃部或十二指肠疾病。

现在家庭中感染幽门螺杆菌的也越来越多,家里有一人感染了幽门螺杆菌,其家属、孩子也会感染。因为幽门螺杆菌存在于唾液腺和唾液中,主要通过口—口或粪—口途径传播,所以家人聚餐、共用餐具、亲吻都可传染。

不少人听到幽门螺杆菌后闻风而变,乱吃药。其实幽门螺杆菌没必要逐个杀死。多数学者主张,若无临床症状或症状不明显、胃黏膜损害很轻者,即使幽门螺杆菌为阳性,也不一定需要抗幽门螺杆菌治疗。

虽然幽门螺杆菌感染在人群中普遍存在,但是只有很少的人可以发展为胃癌,大家不必对其产生恐慌。预防幽门螺杆菌感染的关键是把好“病从口入”这一关。

科学家在部分水源中也曾发现该菌存在,因此生活中尽量别喝生水。

■健康提醒

“生命最初一千天”营养有待科学化

科技日报讯(记者吴红月)中国营养学会“第十二届全国营养科学大会”近日在京举办,作为全球领先的营养学专家,雀巢在大会期间主办了“优养千日 优护一生”论坛,邀请业内权威专家围绕母婴营养研究最新进展发表主题演讲。

■快讯

科学家发现:母乳中含有双歧杆菌

科技日报讯(记者吴红月)5月7日,我国科学家在母乳中发现双歧杆菌,引起国际儿科学界的高度关注和重视。

到其中7例含有双歧杆菌。2014年,样本数量扩大至30例,更清楚显示母乳中含有双歧杆菌的事实。

发展中发挥重要作用。

此次论坛上,专家们指出了目前中国家庭在“生命最初1000天”中常见的营养问题,并分析症结所在,给出相应解决方案。雀巢大中华区首席医学科学及合规官李文军表示,“优养千日 优护一生”聚焦于“生命最初1000天”营养教育,未来将通过互联网、论坛、社区教育等多样化的形式,向所有直接或间接参与婴幼儿生命早期抚养工作的人员传播科学营养教育知识。

■医疗新干线

据悉,“生命最初1000天”是国际公认的生命健康窗口期,指的是从妈妈怀孕到婴儿出生后的两年。这一阶段的营养状况不仅将影响孩子当前体格和智力的发育,还与未来的慢性病发病率有显著联系,是干预成疾的关键窗口期。

有关专家指出,中国8城市生命早期1000天相关人群的膳食模式有待改善。孕早期哺乳期存在脂肪摄入比例过多,蔬菜水果的摄入量不容乐观,以及奶制品摄入不足的问题,不仅影响婴儿的健康结局,也会为母亲自己带来产后甚至更远期肥胖及其他代谢性疾病的困扰。



5月15日上午,由北京市商务委员会、北京市科学技术协会支持的2015年第二十届北京商业科技周主场暨科普超市首站活动正式拉开帷幕。图为营养师们在营养小屋为公众讲解饮料的勾兑、营养标签的识别、灵芝的神奇妙用及健康养生等一些相关知识,为公众充实忙碌的生活增添一些科学的休闲时光。

李云摄影报道

中华医学会儿科分会主任委员、北京大学第一医院产科主任杨慧霞教授系统阐述了“生命最初1000天”的营养状况如何影响短期乃至成年后的健康状况,以及影响成年后的饮食行为和方式,并指出中国孕妇在体重管理上有待改进。雀巢“明”研究数据显示,中国8城市有43.2%

□ 本报记者 李颖

血压不达标患者有了新选择

高血压是心脑血管疾病的危险因素,既是最常见的心血管疾病,也是脑卒中和冠心病的最重要危险因素。中国疾病预防控制中心慢性病防控中心2013年公布的研究结果显示,我国高血压患者人数已突破3.3亿,平均每3个成人中就有1人是高血压患者,并且呈现年轻化趋势。

在“世界高血压日”到来之际,拜耳医药保健有限公司宣布:强效降压药拜新同60mg单片新规格在中国上市。作为目前高血压治疗的新规格,拜新同推出60mg单片的新规格,为治疗不达标的高血压患者提供了新的选择。

ARB(缬沙坦160mg)或低剂量CCB联合低剂量ARB(硝苯地平控释片30mg联合缬沙坦80mg)治疗,其结果是硝苯地平60mg组和硝苯地平30mg联合缬沙坦80mg组的各项疗效指标(中心动脉压、前臂肱动脉压、增强指数的变化)均显著优于缬沙坦160mg组。

今后,只需要抽取一管血,就能早期发现肺癌。在由中国健康促进与教育协会主办的《原发性肺癌诊疗规范(2015年版)》(以下简称《规范》)宣传健康促进项目启动会上,《规范》专家委员会主任、首都医科大学肺癌诊疗中心主任支修益表示:“由于肺癌早期无明显症状,约80%的肺癌患者在临床确诊时已经处于局部晚期或晚期,失去了外科手术治疗的良机。”

具有准确、动态、快速和经济的优势。”北京大学第三医院检验中心主任、北京大学医学部检验学系主任张捷教授表示,尤其是胃泌素释放肽前体对小细胞肺癌诊断的敏感性最佳,是诊断小细胞肺癌的首选标志物,能够更及时、有效地识别小细胞肺癌。

“降压的目的是使高血压患者血压达标,为维持血压达标,以降低心脑血管疾病的发病和因其他造成患者死亡的风险。”中国医学科学院阜外心血管病医院的吴海英教授介绍说,尤其是降压后血压仍在140/90mmHg以上的小于60岁的高血压患者,心血管事件发生风险比是正常人群的4.4倍。然而,基于目前的临床降压策略,中国仍有55%正在治疗的高血压患者的血压高于140/90mmHg。由此可见,对于目前降压策略和方案制定仍需进一步的改进,以满足高血压患者血压达标和减少未来卒中事件发生的迫切需求。

针对对降压不达标后的治疗,2013欧洲高血压指南指出,足量和加药是降压两个有效的方法,但在两者的优先选择上并没有明确。而这一点在2014年最新发表的FOCUS研究中,对高剂量钙拮抗剂(CCB)或高剂量血管紧张素受体阻滞剂(ARB)或两者低剂量联合的疗效与安全性的探讨,给了我们新的启示。

对此,吴海英表示:2013年欧洲高血压指南、2010年中国高血压防治指南中都“二氢吡啶类CCB是唯一无绝对禁忌症的降压药”的重要地位给予了肯定。CCB适应症广泛,高血压患者如果低剂量单药治疗不达标,可联合治疗或加量治疗;低剂量联合治疗不达标时,仍可加量治疗。“硝苯地平控释片60mg强效达标、安全性高、经济方便,是不达标高血压患者的新选择。”

根据全国肿瘤登记中心2012统计年报显示,而原发性肺癌则是我国发病率和死亡率最高的恶性肿瘤。肺癌分为小细胞肺癌和非小细胞肺癌。小细胞肺癌占肺癌的15%—20%,恶性程度更高。目前,我

“规范”旨在进一步规范我国肺癌临床诊疗行为,提高医疗机构肺癌的诊疗水平,改善肺癌患者预后,以及保障医疗质量和医疗安全。”中国健康促进与教育协会常务副会长兼秘书长刘克玲表示:这是首次针对医学检验内容的解读,让老百姓认识到血清标志物检测技术的应用能提高肺癌患者规范性治疗的可能性。

李云摄影报道

抽一管血即可早期发现肺癌

□ 本报记者 李颖

■信息传真

我国将设立“公共营养日”

科技日报讯(胡利娟)5月17日,在中国营养学会等单位联合主办的首届“全民营养周”期间,颁发了“2015年帝斯曼亚洲缤纷科技奖”,来自浙江大学的郑圣博士获此殊荣。

该奖项主要针对欧洲、美洲和亚洲三个地区,此次是帝斯曼为表彰在营养科学领域获得卓越成就的中国青年学者而进行的中国地区第二度颁奖。表彰了郑圣在膳食脂肪酸与糖尿病领域的研究对人类营养科学作出的卓越成就。

据悉,“全民营养周”的发起是根据国务院《中国食物与营养发展纲要2014—2020》第四部分指出“提高全民营养意识,健康生活方式,梳理科学饮食理念,设立公共营养日。开展食物营养知识进村入户活动,加强营养与健康教育”。

“智慧母亲·健康家庭”项目启动

科技日报讯(记者项锋)“智慧母亲·健康家庭”社会宣教公益项目5月15日启动,由中国妇女发展基金会和中国女医师协会联合主办。

医学科学已经证实,慢性非传染性疾病的高发与生活方式和行为习惯密切相关,为从根本上逐步实现降低慢性非传染性疾病发病率,提高全民健康水平,中国女医师协会健康教育专业委员会的40余位跨专业的医学专家,历时两年,针对女性一生的不同阶段,编撰了图文并茂的“女性健康教育三十条”和相应的“生活方式病与女性自我健康管理”“关注合理营养 健康快乐一生”等6堂课件,将通过与中国妇女发展基金会共同启动的“智慧母亲·健康家庭”社会宣教公益项目面向全社会进行推广。

据悉,2015年“智慧母亲·健康家庭”社会宣教公益项目将分两个阶段进行。第一阶段将通过项目启动,争取社会各界支持,在北京、上海、广东、河北、云南等省区同时启动。

“YI术之美”跨界创作诠释微创医学

科技日报讯(记者项锋)2015波士顿中国设计挑战赛——“YI术之美”跨界创作设计5月13日启动。这是中国首个微创医学与设计艺术的跨领域创作实践项目,此次赛事用设计艺术形式诠释微创医学,是跨界联合、服务公共健康传播的新尝试。

“人们对医疗进步了解得越多,对健康管理越有帮助。”中国健康促进基金会理事长白忠教授表示,“随着诊疗高效性和更佳的患者体验成为越来越突出的医疗健康需求,微创小、恢复快、负担轻成为了医疗科技创新的主要方向。微创医学因此成为引领现代医学发展的一股先锋力量。认识微创医学,了解微创医学的治疗方式和其前沿发展,将有效地帮助大众进行更适当的疾病健康管理。”

为拉近公众与微创医学的距离,此次挑战赛由北京国际设计周、中国设计红星奖联合发起的中国设计挑战赛合作,共同邀请来自清华大学美术学院、中央美术学院等不同创作背景的艺术先锋力量,与心脏、心血管、消化、呼吸、泌尿等领域的国内微创医学骨干医师进行联合创作,以“微而不凡”为主题,向大众展现微创医学的微、精、妙,以及其为生命带来蓬勃希望的不凡意义。