

■健康管理及慢病防控系列报道之一二七

□ 本报记者 李颖

银屑病不会传染且可控

陈伟因自小患上银屑病,从头到脚皮肤干裂,瘙痒难耐,从而少了同龄人的快乐,甚至不太敢出门。

病痛的折磨已令人难受,可心灵上的打击,更让他和家人难以承受。在外面,路人总会向他投来异样的目光,绕路而行。用他母亲的话说,那好像是在看猴子。在学校里,他几乎没有朋友,甚至有同学说他是个丑八怪。12岁的他竟说干脆死掉算了……

10月29日,是第12个世界银屑病日。记者在网键入“银屑病”(俗称“牛皮癣”),发现跳出来的第一个问题便是“银屑病会传染吗”?这或许是不少人心中担忧的问题。银屑病医生强调,银屑病不仅不会传染,而且,经过科学合理的治疗,在秋冬季高发的季节也是完全可以控制的。

发病随季节变化而变

“银屑病是一种慢性、炎症性、复发性皮肤病。每到季节转换,特别是在秋季,皮肤水分迅速散失,表皮水分的供应相对减少,皮肤自然变得干燥。”中华医学会皮肤性病学分会荣誉主委、北京大学人民医院皮肤科张建新教授介绍说,“牛皮癣”脱皮是其特征。

一旦患上银屑病,罹患终身是其特点,给银屑病患者带来难以言喻的痛苦与煎熬。全球有超过1.25亿银屑病患者,发病率为0.1%—3%。在我国,有超过650万患者正在与银屑病共处,而且患者人数有逐年增多趋势。

根据全国银屑病流行病学调查显示,目前我国约有650万银屑病患者,发病率为0.47%。这个数字是1984年的3倍。这意味着过去30年间,我国的银屑病发病率有明显上升。有数据显示,一上午的门

诊,40个病人里就有10个病人是看银屑病的。这主要是因为大气环境与生活压力等原因使该病的发病率上升。

张建新介绍,大量银屑病患者在病情加重前都有不良刺激影响的历史,如外伤、内分泌因素、气候和情感压力等都是对银屑病病情有明显影响的因子。银屑病可以首先出现在局部受伤、疤痕、接种的部位,再逐渐向其他部位蔓延。该病可以随着季节的变化而变化,多数患者秋冬季节加重,这可能与气候干燥、空气湿度低、温差大等对皮肤的刺激有关。

值得一提的是,银屑病的病因尚未被完全了解,遗传、免疫、环境、心理等诸多因素都可能导致银屑病。任何年龄都可以患病。

不传染但要重视

“身上那么多斑块,还会掉皮屑,会不会传染给我?”不少人都有这样的担心。银屑病会传染吗?

张建新解释说,我们说的“癣”大多有传染性,如足癣、甲癣等,很多患者都认为银屑病也会传染,其实这种观点是错误的。

“银屑病之所以被认为会传染,主要是因为皮肤形态、同型反应(即下一个地方也长相同形状的鳞屑性斑块),以及病人觉得老是治不好等原因。此外,由于缺乏对银屑病的正确认知,故很多人认为与银屑病患者接触会被‘传染’,这使得许多银屑病患者不但丧失了生活的乐趣而且失去了生活的信心。因此,提高银屑病的公众认知极为重要。”中国医师协会皮肤科医师分会会长、北京大学第一医院皮肤科李若瑜教授进一步解释说,银屑病有一定的遗传性,但是没有传染性,由于无法消除遗传基因,所以银屑病是不能根治

的。但只要积极治疗、细心护理,银屑病可以维持长久不复发。

目前医学界一致认为,银屑病是一种皮肤的免疫介导炎症性疾病,发生和进展都归因于异常免疫反应。

“银屑病虽然没有传染性,但给患者的身心带来沉重的负担,患者的工作、学习、社交等也因此承受众多负面影响。”因此,张建新指出,银屑病罹患终身,且易见的皮肤损害让患者朋友们的心灵也受到不同程度的伤害。而提高公众的正确认知,可以帮助银屑病患者重拾信心,到达更好的明天。

另外,张建新还提醒,银屑病不能小觑,发生和进展都归因于异常免疫反应。不及时治疗可能引发心血管疾病、“三高”、关节炎等继发性疾病。也有可能影响其他脏器功能,导致使肝解毒功能低下、损害胃肠功能、引起眼部病变、增加糖尿病的并发症和心血管并发症的发生率等。

不能根治只能控制

银屑病目前尚无根治办法,然而,总有些患者盲目追求所谓的“根治”,结果轻则影响身心健康,重则危及生命。

中日友好医院皮肤科白彦萍教授表示,有些患者由于病急乱投医,甚至盲目相信一些广告中宣称的“祖传秘方”,却不知这些所谓的秘方却可能引发肝肾毒性、致畸性、血脂异常、白细胞下降等严重的毒副作用。

目前,我国银屑病的治疗出现了很多误区。“在银屑病的治疗中,最重要的是要遵循‘正规、安全、个体化’的治疗原则。”白彦萍忠告银屑病患者,作为“一种慢性疾病,银屑病患者在经过治疗后,皮损消退

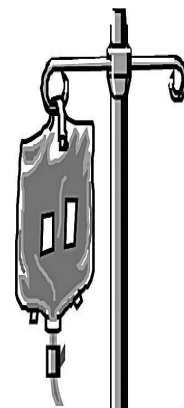
有一个过程,切忌片面追求速效。因为疗效太快未必就是好事,背后可能隐藏着大的副作用或日后病情的加重。“银屑病患者一定要擦亮自己的眼睛,不可贪一时的疗效而害了自己。”

“目前银屑病治疗主要包括外用治疗、物理治疗和系统治疗三大类。常见的局部外用药物有:维生素D3类似物、糖皮质激素、润肤剂等。”白彦萍介绍说,外用治疗,也就是涂抹药膏,对于银屑病来说是有效且安全的治疗方式,也是治疗指南所推荐的。最常用的外用药物叫做卡泊三醇,这是一种维生素D类似物。因为不含激素,起效较慢,所以坚持用药才能有好的效果。

白彦萍指出,很多患者依赖激素起效快的特点,殊不知容易造成反跳,甚至越治越重。单方激素,也就是整个药膏中的活性成分只含有激素的药物,确实需要谨慎使用,绝对不能长期使用。

如何避免单方激素带来的伤害,这是医患双方都十分关心的问题。中华医学会皮肤性病学分会银屑病学组组长,浙江大学第二医院皮肤科郑敏教授表示,现在有新型的激素和维生素D的复方制剂,这样的配方使得激素的不良反被消减。希望有更多的患者朋友们可以因高科技的新产品而获益。

“经过正规、科学的治疗,大部分患者的病情能得到有效控制。必须到正规医院接受科学合理的治疗。”李若瑜再三强调,应对银屑病,科学规范专业的治疗至关重要,尤其是久拖不治、久治不愈、反复发作的重症患者,一定要及时到正规医院皮肤科就医。“经验丰富的医生会根据季节因素、银屑病的类型和病因,及患者的实际情况,制订个性化治疗方案。”李若瑜如是说。



■信息传真

膳食营养可促进心血管及代谢健康

科技日报讯(记者张林军)10月30日,第26届长城国际心脏病学会议(GW-ICC)暨2015年亚太心脏大会在北京举行。雀巢研究中心北京分部携手GW-ICC,共同探讨营养如何促进心血管及代谢健康。

中国医学科学院阜外医院的光李伟教授从1986年在大庆开始了长达23年的糖尿病预防研究。研究第一次证明了通过膳食干预,可以有效预防糖尿病,进而预防心血管的发病和减少死亡的发生,证明生活方式干预是一种有效的公共健康管理方式,能够有效控制糖尿病危害。

据介绍,心血管疾病是全球最关心的健康隐患。国家营养与健康研究所和中国疾病预防控制中心张坚教授在研讨会上提到了中国人群中存在的心脑血管疾病的风险要素,并对国家营养与健康研究所的最新成果进行了解读。

雀巢研究中心北京分部的赵西博士谈到膳食在预防及控制高胆固醇血症的作用时表示,通过膳食及生活方式干预控制高胆固醇血症,已有成功的解决方案,但促进生活方式的改变,需要全社会的齐心协力和积极参与。

据悉,雀巢拥有全球最大的食品与营养研究机构,通过食品和饮料促进人类健康,寻求控制慢性非传染性疾病的解决方案。雀巢还通过赞助专题研讨会、科技出版物、教育资料和奖金等各种学术交流与教育活动,积极推广更健康的生活方式。

健康小贴士

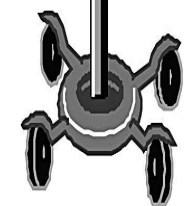
预防复发从日常生活做起

调整负面情绪:银屑病是一种典型的身心疾病,不良情绪或可直接导致病情的发作与症状的加重;

进行适度锻炼:运动健身能够提升人体免疫力,改善皮肤的代谢功能;

避免辛辣饮食:建议经常食用含有胡萝卜素、维生素C等成分的蔬菜,比如白菜、豆芽、菠菜、芹菜、西红柿、豆角等;

冬季多晒太阳:在做好保暖工作的前提下,经常到户外晒太阳,呼吸新鲜空气。



■专家建议

创新疗法给糖尿病足带来希望

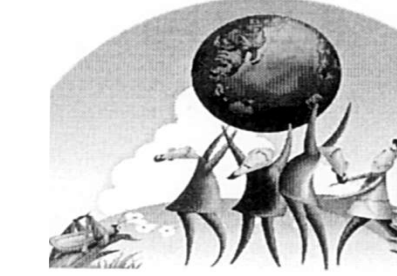
科技日报讯(记者李颖)“糖尿病足以其病程长、难治愈、高心理和高经济负担、高致残率和高致死率为特点,对糖尿病患者生活质量和预后带来严重威胁。”在10月31日召开的“全国糖尿病足综合治疗学术研讨会”上,北京世纪坛医院副院长王江宁教授介绍说,糖尿病足的形成,往往是全身情况差的集中表现,足病越重,患者全身情况越差。糖尿病足即使是截肢后,常规治疗5年患者的生存率仅44%。

大多数糖尿病足,是从不经意的细小或浅表损伤引起。由于损伤形式的不同,糖尿病足的临床表现多样,主要有溃疡型、深部组织感染型和坏疽型。其中,坏疽型,由于感染导致血管形成,使足趾甚至整个脚血液供应中断,导致相应组织部位坏死。在常规的医疗技术手段下,“截肢”成为了治疗重症糖尿病足的主要医疗手段。

作为大会主席,王江宁介绍了“骨搬运技术”、“体外转机”、“蛆虫生物清创疗法”等有助促进糖尿病足患者软组织和骨组织的创新技术,可使更多的糖尿病足患者保住病肢。其中,医用蛆虫清创伤口既快又好,它还可以进入到外科手术难以到达的深部创面,通过不断的爬行蠕动可以刺激肉芽不断生长,而且蛆虫自身会分泌一种液体,这种分泌物经研究杀菌抗感染作用要比青霉素和头孢三代作用都要强,而且稳定。据悉,该疗法比传统方法更能有效地清除伤口腐肉,加快溃疡伤口的愈合。在王江宁的病例中,很多糖尿病足患者经过治疗保住了肢体,并很快恢复了正常的技能。

胰岛素针头注射不但会增加患者注射时的疼痛感,反而容易引起针口感染。而“无针注射胰岛素强化降糖”的推出解决了这一大难题。无针注射,顾名思义,不借助针头,而是将药液直接借助高压注入体内,首先免除了糖尿病患者重复针头注射后的感染问题,而且因为无针注射后药液在皮下呈弥散状态,经过临床证实,能够使胰岛素的起效更快,更接近人体内源性胰岛素的曲线峰值,从而更好地控制患者的餐后血糖,节省胰岛素用量,避免了血糖的波动,为糖尿病患者有的外科治疗保驾护航。据悉,在王江宁的病区,患者已经全部以无针注射器作为胰岛素注射强化降糖的注射装置。但是王江宁同时也表示,任何一项技术都不是万能的,新技术只是降低了截肢率和死亡率,尽量延长保护病人肢体的时间。

据悉,会议由首都医科大学骨外科学系,中国康复医学会修复与重建专业委员会以及首都医科大学附属世纪坛医院共同主办,旨在以最新最人性的医疗技术,为广大的糖尿病足患者造福。



王莉娜:执着的啤酒口感“把关员”

2015年“中国500最具价值品牌”排行榜上,燕京啤酒以802.68亿元的品牌价值位居第40位,较去年同期的660.76亿元增长141.92亿元,增长率为21.48%。“燕京的目标是做中国最好的啤酒,对标也是国际领先水平。”北京燕京啤酒股份有限公司董事长李福成这样说。

中国啤酒行业第一集团军企业地位的确立并非易事,对于生产工艺和酿造技术的严苛追求造就了燕京啤酒清爽怡人、泡沫丰富、清冽纯正的独特口感。

王莉娜,北京燕京啤酒集团公司技术中心一名普通的研究员,在燕京啤酒集团公司工作了十七八年的她,只为尽力做好一件事:啤酒口感“把关员”。

生产过程的细微差别,会导致产品的味道和质量不同,而同一款啤酒出现这种状况,会影响在消费者心中的口碑和形象。燕京在全国各地拥有40家啤酒生产企业,如何保持各企业产品风味质量一致性,是一项

重要课题。王莉娜的工作,就是通过科学仪器和实验,分析啤酒的口感和啤酒香气的质量,啤酒中包含1000多种物质,王莉娜要把它们控制在一定的适当的比例范围内,这样可以保证啤酒的质量和味道。

刚入行时,王莉娜就接手了色谱研究,那时,这项研究还处在起步阶段,王莉娜通过查阅大量国内外文献资料,陆续开发出啤酒色谱分析方法21个,制定了百余个指标的企业内控标准。刚入行的成绩就让领导和同事称道,王莉娜靠的是一股拼劲。

2004年,公司准备申报中国绿色啤酒食品,没有经验可供借鉴,王莉娜刻苦学习,面对整理归纳出的100多个检测点,她到每一个生产环节取样并进行检测,记了两个厚厚的笔记本,记载数据达5000余个。两个月中,她没有睡过几次好觉。王莉娜的同事说,那时,经常在早晨上班时,看到王莉娜依然两眼通红地守在仪器旁边。

■快讯

神经医学专家漫“话”脑卒中

科技日报讯(陆春华)在第十个“世界卒中日”来临之际,我国第一本由脑卒中诊疗专家全程参与编创的脑卒中疾病知识普及读物《漫画脑卒中》在京首发。该书以生动有趣、轻松易懂的形式为大众解读脑卒中相关知识,帮助患者及其家属建立“早发现、早诊断、早治疗”的正确防治理念。

作为《漫画脑卒中》的作者,中国卒中学会神经介入分会主任委员、首都医科大学附属北京天坛医院介入神经病学科主任任晓荣教授表示,脑卒中已成为我国严重的社会发展和公共卫生问题。而今,随着人们生活方式的改

变,如摄入热量过多、过量饮酒、高盐膳食、缺乏运动,吸烟率居高不下等,使得首次卒中发生率呈逐步年轻化态势。“因此,提升公众对于脑卒中疾病及其危害性的认知,迫在眉睫。”

据悉,得到了美敦力(上海)管理有限公司支持,人民卫生出版社出版发行,并获得了中华预防医学会和中国卒中学会联合推荐的《漫画脑卒中》一书,全本采用漫画问答形式,生动形象地解答了250个有关脑卒中的问题,覆盖治疗、护理、康复等各个环节。对患者以及大众日常生活中遇到和急需解决的问题,提供了简单清晰的答案和切实可行的解决方案。

“贝壳生物”创客空间亮相

科技日报讯(记者项铮)时下,“大众创业、万众创新”已成为经济增长的新动力和源泉。它为我国加快创新和建设创新型国家,推进经济转型升级,抢占国际竞争战略制高点提出了新的发展思路。为顺应这一潮流,11月2日,北科建青岛蓝色生物医药产业园打造的青岛首家生物医药创客精品项目——“贝壳生物”创客空间亮相,该空间专注生物医药产业,立足园区产业承接优势,通过专业化的服务,共同孵化生物医药创客们的创业梦想。

据科技日报记者了解,“贝壳生物”创客空间是青岛首家生物医药类创客空间,它作为早期创业的重要服务载体,为创业者提供低成本的工作空间、网络空间、社交空间和资源共享空间,与北科建青岛蓝色生物医药产业园已有的共性技术平台、企业孵化器共同组成创

业孵化链条。它将通过创新与创业相结合,线上与线下相结合、孵化与投资相结合,以专业化服务推动创业者应用新技术、开发新产品,开拓市场,培育新业态。

北科建产业园围绕电子信息、生物产业、新材料、环保新能源、文化创意等产业聚集数千家优质高科技企业资源,目前正为嘉兴创新园、无锡中关村科技创新园、青岛蓝色生物医药产业园、长春北湖科技园、上海中关村虹桥中心、天津中加生态示范项目等科技园发展提供服务。

青岛蓝色生物医药产业园是北科建集团在青岛国家高新区打造的生物医药专业园区,2013年12月孵化器正式开园运营,可满足新兴的生物医药研发外包企业、生物医药企业研发中心、生物医药中介机构等企业入驻需求,目前入驻机构近百家。

听专家讲科普:76岁老人的换瓣手术

程云阁,上海远大心胸医院腔镜中心主任,国家心血管外科“金刀奖”得主,中国心脏微创领域学术带头人,中国医师协会胸腔镜学术委员会主任委员,中国首例3D胸腔镜下换瓣手术完成者。擅长治疗:3D胸腔镜微创治疗心脏瓣膜病、冠心病、房颤、冠心病等各种心脏病。

在以前,心脏外科专家看到75岁以上的主动脉瓣狭窄患者,往往会觉得“很难搞定”。因为主动脉瓣狭窄的经典治疗方法是开胸进行换瓣,但并不是所有患者都能耐受这种大手术,比如合并肺部疾病或其他脏器严重疾病的高龄患者。

不过,这种情况现在得到了根本性地改观。“与传统的手术相比,胸腔镜微创心脏外科手术切口小(1—2cm),不切断肌肉,无骨骼损伤,创伤小恢复快,术后疼痛轻,5—7天就可以出院,符合美容要求,费用也低于传统心脏手术。”上海远大心胸医院腔镜中心主任程云阁介绍。程云阁的门诊最近就来了一位76岁的

男性患者,可以说是骨瘦如柴,身高1米74,体重仅仅50公斤,身患风湿性心脏病多年。全面评估下来,心功能尚可,应该给患者做换瓣手术,也是解决问题的唯一手段,但至少要面临三方面的难题。

传统手术需要大切口,需要纵行劈开胸骨,然后用开胸器撑开胸骨。老年人不像儿童或年轻人,骨骼弹性大,撑开胸骨时大点或者小点,影响不大,对于这样的患者,可完全不一样,撑开胸骨时多少都会造成骨骼损伤,部分的肋骨、胸骨骨折。

第二个问题是止血,这样的患者,胸骨骨髓腔是空的,劈开胸骨后会出很多血。瓣膜置换手术难度并不大,半个小时完成没问题,但止血需要两个小时是常用的事。电凝止血,缝合结扎,热毛巾压迫等等,医生反反复复,还得要求血库准备好多血小板之类,特别是这样的患者,其结果,返回监护室后,医生最担心的还是引流量,不用二次开胸止血真得是一件幸事。第三个问题是伤口愈合,这样的患者皮

下就是胸骨,真的没有多少组织,缝合时真的很难。一般情况下,胸骨固定要4根钢丝,这样的患者要6根,力度掌握要合适,力度小了,胸骨固定后出现活动,伤口很难愈合,力度大了,有可能造成胸骨骨折。

程云阁介绍,全胸腔镜辅助下瓣膜置换手术对这类患者就非常合适,在胸部选择3个小切口,长1厘米左右,只切开皮肤,患者肋间肌肉松弛,略作分离就进入胸腔了,将10毫米胸腔镜置入胸腔,命令扶镜助手前推、前推,胸腔镜下的视野就逐渐放大、放大,直到满意为止,术者会看清瓣膜的全部以及所有的瓣膜下结构。再经另两个小孔置入小巧精致的腔镜手术器械,切下病变瓣膜,缝合好人工瓣膜,标标准的12针,不到2个小时,手术就可以结束了。

全胸腔镜辅助下心脏手术,其最大的优势就是微创,在保证手术效果的前提下,最大限度地减少手术创伤,减轻患者痛苦,而且手术出血少,恢复时间短。程云阁介绍,这对于一些老年患者、心肺功能及体能不佳或不适宜大切口开胸手术患者,更容易被接受。“面对这样的患者,完成手术后,自己真的很自豪,觉得在胸腔镜心脏外科方面的付出很值得。”(杨依墨)