

视觉中国

骨髓移植55年 从凤毛麟角到百万受众

本报记者 张佳星

2月22日,有媒体报道6岁的再生障碍性贫血女孩琪琪正在天津寻求骨髓移植救治,由于中华骨髓库的供者体检出现问题,台湾骨髓库的供者悔捐,她仍在等待。

通过骨髓移植手术救治再生障碍性贫血的治疗方法,在我国已经有55年的历史。1964年2月5日,中国工程院院士陆道培在北京大学人民医院为一位重症再生障碍性贫血患者成功施行移植手术,采用的是这位患者的同卵双胞胎妹妹的骨髓,这是第一次在亚洲成功进行骨髓移植手术。

“很多病人对骨髓移植,现在叫造血干细胞移植不太了解,还可能存在着一种恐惧心理。”中国医学科学院血液病医院主任医师姜尔烈说,实际上,随着医疗技术的发展,无论从供者还是受者来讲,安全性都已经大大提高。

不再骨髓穿刺 发掘更多造血干细胞源

“我接受骨髓移植的时候有些纠结,可能错过了最佳治疗时间。”一位曾经接受骨髓移植的患者讲述了的经历,她是急性髓系白血病高危组,但在最开始没有选择造血干细胞移植,“最开始我选择了化疗,我当时想,如果有一天我真的复发了,不行了我再考虑移植。”

人们对骨髓移植安全性的顾虑,使得不少患者不太倾向于做异基因造血干细胞移植。“当时她的供者是她的儿子,是‘半相合’,这样移植的风险可能会更高一点,所以她当时在第一次缓解期的时候没有选择。”姜尔烈解释。

所谓半相合,是指HLA半相合。HLA又称人类白细胞抗原,它是位于染色体上的一种糖蛋白,这种糖蛋白如果相合就意味着不同来源的骨髓能够相互接受,不产生排斥。而半相合则是由于生物学父母兄弟姐妹中至少有一半是相同,另外还可有部分可能相同。

“HLA全相合的同胞供者曾经是异基因移植的首选。近年来随着半相合移植技术的改进,移植成功率不断提高,为更多患者解决了造血干细胞供者来源困难的问题。”姜尔烈说。

最后,姜尔烈为这位患者实施了半相合的骨髓移植手术,并取得成功,至今已3年有余。而文章开头提到的琪琪在始终无法寻找到合适配型的情况下,也将选用直系亲属的半相合配型进行治疗。

55年来,骨髓移植技术有了很多进展,使得能够获得该技术救助的患者越来越多,患者也因此有了“保底”的余地。

“最初,造血干细胞需要从患者的骨髓中获得,从骨髓中获取造血干细胞需要通过骨髓穿刺技术,对供者伤害较大。”姜尔烈说,随着人们对造血干细胞研究的深入,发现正常生理状态下外周血中也含有一定比例的造血干细胞。但是外周血中的比例并不高,可能无法满足需求。

1988年,科学家发现粒细胞集落刺激因子能动员造血干细胞从骨髓中大量转移到外周血,这意味着外周血也可以携带出健康者的造血干细胞。1994年成功实施了首例外周血造血干细胞移植。目前,动员后的外周血已逐渐取代骨髓造血干细胞,成为造血干细胞新的来源。这大大提高了供者的安全性。

此外,上世纪70年代,科学家也发现了脐血中含有大量的造血干细胞。1988年世界上首例脐血移植并取得成功。随后,全世界各国政府或科研机构出资兴建脐血库。脐血干细胞的发现和应用,为造血干细胞移植提供了一个新的细胞来源。目前全球已有40000例以上的儿童和成人患者接受了脐血移植,而且这个数字还在不断增加。

发掘不同的造血干细胞源泉,大大缓解了来源缺乏的限制,使得临床上的使用越来越多。

治疗百万患者 复发风险低可自体移植

经典电视剧《蓝色生之恋》中的配型无果桥段曾在不同的电视剧中反复出现,而近些年电视剧中的桥段逐渐变成等待配型、在绝望时忽然传来配型成功消息的情节,这些细微的变化其实也是实际生活中的反应。

除了技术的进步,保障体制也不断完善。我国建立了中华骨髓库,台湾省建立了慈济骨髓库,另外很多省份如北京、天津、山东、江苏等都有自己的脐血库。姜尔烈说,至今已超过100万患者接受和得益于这种治疗技术,这是第一个进入临床实践的再生方法并对医学界产生了深远影响。

事实上,骨髓干细胞移植并不一定都需要他人作为供体。

上世纪八十年代开始,来自兄弟姐妹的同胞供者减少,1986年中国医学科学院血液学研究所严文伟教授成功开展首例自体造血干细胞移植。之前认为,白血血患者的骨髓不健康

不可对自己进行移植。严文伟查阅国外资料,经充分论证,成功开展了首例自体骨髓移植。针对不同特点的血液病,自体造血干细胞移植和异基因造血干细胞移植各有优缺点。

“自体造血干细胞来源于自身,所以不会发生移植排斥和移植抗宿主病,也就是俗称的‘排异’。”姜尔烈表示,自体移植并发症少且无供者来源限制,移植相关死亡率低,但在治疗恶性血液病时,因为不能“取他人所长补己之短”,缺乏移植抗肿瘤作用以及移植物中可能混有残留的肿瘤细胞,复发率高,更多用于复发风险低的血液病。

而基因造血干细胞来源于正常供者,无肿瘤细胞污染,且移植物有免疫抗肿瘤效应,故复发率低,长期无病生存率高,适应症广泛,甚至是某些疾病唯一的治愈方法。但供者来源受限,有“排异”,且需要长时间使用免疫抑制剂。

神药尚未出现 移植仍是临床“法宝”

“用新的造血干细胞替代患者的造血干细胞,重建患者的造血功能和免疫功能从而治疗疾病,仍是目前最为有效、又是唯一可以治愈某些血液疾病以及一些自身免疫性疾病或实体瘤的最佳治疗方法。”姜尔烈强调。

随着靶向药、基因治疗等全新技术的出现,不少患者也会寻求仍处于临床试验阶段的治疗方法,其中也不乏一些人抱着“神药会出现”的侥幸心理。

“对于复发难治的白血病,没有哪一种新药是确切地能够治愈这个疾病,基本上都是能够使病情得到控制、得到缓解。”姜尔烈提醒,获批上市的疗法才符合临床上安全、有效、可控的要求。而在患者之间、患者家属之间流传着所谓的偏方更加不可信。

“在制定治疗方案时,医生会根据专业知识和治疗经验判断,根据病情选择国内外的循证证据已经证实可靠、疗效最好的方案进行治疗。”姜尔烈说。

在进行造血干细胞移植时,方案也不尽相

同。疾病诊断和状态、排斥风险、复发风险等因素都会影响方案的选择。在移植前患者会进行放疗或者化疗,“掀掉”肿瘤细胞庇护所。因病种而异、因人而异的更加个性化的预处理方案也是造血干细胞移植领域研究追求的目标。

一例造血干细胞移植手术是不是成功一般要经过五大关口:移植前预处理关、移植关、移植后免疫排斥关、感染关、复发关。五关之后,还需要在移植后两年内反复进行残留病监测和供者细胞嵌合度检查,若在患者体内实现供者细胞完全嵌合,没有残留病,且血象及重要脏器检查正常,无明显症状,才算真正成功。

据统计,约60%的成人急性白血病患者,异基因骨髓移植后可以达到3年以上的生存期,其中一些已经达到6年左右。这部分患者基本上可以认为已经治愈,因为急性白血病患者移植后6年内复发的情况极为罕见。而55年前我国首次实施的骨髓移植手术,患者在30年后随访时造血功能仍正常,当时属世界上移植后存活时间最长的两例病例之一,目前仍是难以打破的治疗后生存纪录。

专家提示

长期咀嚼槟榔有致癌风险

近日,国家卫生健康委办公厅印发了《健康口腔行动方案(2019—2025年)》,提出在有咀嚼槟榔习惯的地区,以长期咀嚼槟榔对口腔健康的危害为重点,针对性地开展宣传教育和口腔健康检查,促进牙周、口腔黏膜病变等疾病早诊早治。专家表示,长期咀嚼槟榔有患口腔癌的风险。

国家食品药品监督管理总局在2017年公布致癌物清单时,已将槟榔果列入一级致癌物。北京大学口腔医院口腔黏膜科教授、中华口腔医学会副秘书长刘宏伟表示,我国南方一些省份的群众有咀嚼槟榔的习惯,从而导致了口腔癌的发病率增高。前期槟榔碱先逐渐导致口腔黏膜纤维化,患者会有张口受限、舌活动受限、黏膜弹性丧失及溃烂等表现,也有疼痛、影响进食等痛苦。这是口腔癌发生前的癌前病变。且槟榔成瘾性强,时间久了可以转化为口腔癌。

在国内咀嚼槟榔盛行的地区如海南省、湖南省等地,绝大多数的口腔癌是由咀嚼槟榔导致的。2018年中华口腔医学会和中国疾控中心曾调研湖南省群众嚼槟榔和口腔癌的现状,当时中南大学湘雅医院口腔颌面外科病房内,50位住院患者有45人患口腔癌,其中44人有长期、大量咀嚼槟榔病史。

刘宏伟说,槟榔嚼物一般由槟榔果、老花藤和煅石灰组成,有的地区还在其中添加一些烤烟和香料。其中的添加剂如石灰、丁香、烟叶和槟榔籽中含有一些致癌因子,口腔癌的发生与嚼槟榔的时间和槟榔在口腔内滞留的时间呈正比。

食频道

我国婴儿纯母乳喂养率不到三成

坚持和推广母乳喂养是保障儿童身心健康、提升国民素质的重要一环。中国发展研究基金会近日发布的一份调查报告显示,我国6个月内纯母乳喂养率整体偏低,母乳代用品促销等因素容易对母乳喂养的选择产生不利影响。

世界卫生组织建议,婴儿出生后1小时内开始母乳喂养,6个月内纯母乳喂养、坚持母乳喂养到2岁及以上,在婴儿6个月龄时开始添加有足够营养和安全的辅食。根据我国国民营养计划,到2020年,0至6个月婴儿纯母乳喂养率达到50%以上;到2030年,这一数字在2020年的基础上提高10%。

然而,中国发展研究基金会基于2017年9月至2018年1月对全国1万多名1岁以下儿童母亲进行问卷调查发布的报告显示,6个月内婴儿纯母乳喂养率仅为29.2%,大城市这一数据高于农村地区和中小城市。调查还显示,新生儿在出生后1小时内开始吸吮母亲乳房的比例为11.3%,远低于世界平均水平。

“母乳代用品促销诱导消费者,显著提高了婴儿母亲们给孩子添加奶粉的可能性,降低了6个月内婴儿的纯母乳喂养率,这构成我国母乳喂养状况改善的一大障碍。”中国发展研究基金会副秘书长方晋说,婴儿母亲对母乳喂养的认知不足,医疗卫生机构、家庭、工作单位和公共场所对母乳喂养的支持不到位以及产假较短等,也是造成我国母乳喂养状况的主要因素。

政能量

宁夏拓展医疗线上服务

记者近日从宁夏回族自治区政府获悉,《宁夏回族自治区“互联网+医疗健康”示范区建设规划(2019—2022年)》已由国家卫生健康委员会和自治区政府批准下发。这一规划鼓励宁夏医疗机构应用“互联网+”建设互联网医疗平台。

根据相关规划,到2022年,宁夏全区二级及以上医院全面开通线上就医便民业务,推行预约诊疗、智能导诊、在线问诊、结果查询、诊间结算、床旁结算、药品配送、出院服药指导、在线复诊、检验检查报告单医生解读等全流程服务。

这一规划允许依托医疗机构发展互联网医院,在实体医院基础上,运用互联网技术提供安全适宜的医疗服务,支持医疗卫生机构、符合条件的第三方机构搭建互联网信息平台。建设对内覆盖宁夏全区、对外辐射周边的宁夏互联网门诊,开展线上专家预约、咨询会诊、网络门诊,强化远程在线指导、专科诊疗等服务。

此外,宁夏还将结合“互联网+”医疗完善家庭医生签约服务,强化上级医院对基层的技术支持,为签约居民提供健康咨询、慢病随访、健康管理、绿色转诊、延伸处方、特殊人群健康监测等线上线下互动服务。

(以上均据新华社)

感觉被抑郁击中? 听精神科医生怎么说

第二看台

本报记者 李大庆

仿佛是为“戏剧”发展埋伏笔。在参加心理健康蓝皮书的发布会之前,一位女记者发来短信,让我“顺便问问(中科院)心理所有没有哪位

老师可以做心理测评之类的”,她觉得自己“可能是抑郁了”。

这位同行的“抑郁”状况在快节奏的大城市中并不少见。在2月22日中科院心理研究所和社科出版社联合举行的心理健康蓝皮书发布会上,“抑郁症”这个词在有关心理健康问题的一系列专业词语中“知名度”最高。中科院心理研究所研究员、心理健康蓝皮书副主编陈祉妍说,在对被调查人员测评的15个“常见心理疾病知晓度”中,抑郁症比焦虑症、精神分裂症、强迫症、自闭症(孤独症)等知名度都高。

全球超3亿人遭受抑郁之苦

更令人吃惊的是,在对四类人群(心理健康工作者933人、医疗卫生工作者1516人、教育工作者2434人和媒体工作者448人)的心理学知识调查中,数据显示,在对“抑郁症”的了解方面,媒体工作者仅居心理健康工作者之后,竟比医卫工作者和教育工作者还略高一点。或许,当年崔永元在春节联欢晚会上的一句“抑郁了”,真的把这一心理学名词大大彰显了一番。

蓝皮书披露,根据世界卫生组织的估计,全球有超过3亿人正在遭受抑郁之苦,抑郁症的现

患率从2005年到2015年的11年间增长了18%。

在某种程度上,心理疾病,特别是抑郁症、焦虑症等已经成了社会需要解决的大问题。新发布的心理健康蓝皮书介绍,一项对1994年—2011年的230个研究涉及88500名教师的分析显示,18年间,我国教师的心理健康水平整体呈现下降的趋势,特别是在抑郁、焦虑、偏执等方面的问题出现了更为明显的变差趋势。医护人员群体的情况也不太好。2006年—2016年间,对18616名医护人员的调查显示,医生的心理健康状况显著比我国普通成年人的平均水平要低,其中焦虑、偏执、抑郁、强迫等心理问题较为突出。

是否抑郁不能靠感觉判定

人们为什么会有抑郁、焦虑等心理健康问题?

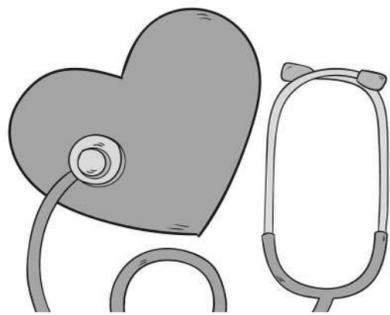
专家表示,目前中国正处在由农业文明向工业文明及绿色文明的快速变化中。“我国的经济正处于高速发展阶段,我们不可避免地遇到诸如环境、就业、区域发展不均衡等问题所带来的巨大挑战。”蓝皮书主编、中科院心理研究所所长傅小兰指出,信息化、网络化时代不仅使我们的工作和生活节奏加快,而且生

理和心理上的压力也大大增加。国民的心理健康问题已呈现出比单纯的躯体健康问题更突出的态势。

按照心理学专家的分析,产生抑郁、焦虑等心理问题受多种因素的影响。比如生态环境因素。心理学家发现,自然环境与心理健康最为明显的关系之一反映在抑郁问题与光照和季节的联系上,像季节性抑郁经常是在光照少的秋冬季节反复发作,而在春夏季节抑郁症状则缓解。社会经济对人们心理健康的影响也很大,经济衰退或金融危机发生时,人们抑郁的发生率显著升高。此外,受教育水平、工作与学习环境、家庭环境、生活方式等都是影响人们心理健康的重要因素。

一个人是否抑郁,并不是自己说了算,在网上流行着一些测评小程序或方法。但中科院心理所研究员陈祉妍说:“最权威的判定只能找精神科医生,比如对抑郁症,他们有典型症状、持续时间等一系列判定指标。”

如果确定一个人患有抑郁症,一般的治疗方法为药物治疗或心理治疗,针对不同人、不同的症状会有不同的治疗方法。陈祉妍说,药物治疗和心理治疗是等效的,不是哪一种更好,也可能两种治疗方法都同时使用。



(本版图片除标注外来源于网络)

扫一扫 欢迎关注 唠唠健康 微信公众号

