

科学就在身边 擦亮您的双眼 我们与您同行 共创美好空间

■ 医卫前沿

文·吴志 罗金财

过敏小毛病 可能会致命

福建省莆田市的患者姚文豪,经常不明原因出现红斑、风团,一直找不到过敏原因。近日,姚先生在南京军区福州总医院第一附属医院(原解放军第95医院)接受新型过敏原检测系统,才发现自己皮肤的“天敌”是宠物毛。

“过敏性疾病又称变态反应性疾病,是常见性疾病,世界上超过五分之一的人患有不同种类的过敏性疾病。”该院皮肤科诊疗中心吴祖煌主任介绍说,过敏性疾病一般都是有各种特异性抗原引起,这些特异

性抗原被称为过敏原。

常见的过敏原有室内尘螨,多种植物花粉、丝棉麻、宠物毛、产酶菌等吸入性物质及鱼虾、牛羊肉、芒果、菠萝、桃等食入性物质共四大类四十余种过敏原。这些过敏原可引起花粉症、接触性皮炎、荨麻疹、特异性湿疹、过敏性鼻炎、哮喘等,患者发作时往往会出现红斑、风团、丘疹、呼吸窘迫、瘙痒等轻重不等的症状,严重的甚至可引起过敏性休克而危及患者生命。

临床上,很多皮肤病都与接触或食用了过敏性物质有关,而多数的患者通常只做缓解症状的对症治疗,未找到引发过敏的真正原因,因此找不到针对性的预防和脱敏治疗方案,导致病情反复发作并加重,迁延不愈。

南京军区福州总医院第一附属医院皮肤科诊疗中心引进了最新一代的过敏原检测系统,包括“斑贴试验”与“点刺试验”两种试验方法,其中“斑贴试验”多用于接触性过敏性疾病,而“点刺试验”则常用于食入和吸

入性过敏性疾病,两种试验方法的结合,更加全面、快速地帮助患者查找不同过敏原,及时进行有效的治疗。

专家建议,经常过敏的患者,一定要到医院做过敏原检测,看清楚到底是接触性、吸入性还是食入性的物质引起的过敏反应,以便从根本上解决问题,明确病因患者才能做好有效预防,预防有时比治疗更关键,千万不要把过敏当成小毛病而忽视检查和治疗,最终导致严重的后果。

■ 健康视窗

最致病的食物组合

很多看似没有关系的食物,如果一起食用,却会给身体带来意想不到的伤害。

火腿与乳酸饮料易致病



三明治中的火腿、培根等和乳酸饮料(含有机酸)一起食用,容易致病。为了保存香肠、火腿、培根、腊肉等加工肉制品,食品制造商会添加硝酸盐来防止食物腐败及肉毒杆菌生长。当硝酸盐碰上有机酸(乳酸、柠檬酸、酒石酸、苹果酸等)时,会转变为一种致癌物质——亚硝酸盐。

牛奶与巧克力易发生腹泻



牛奶含丰富的蛋白质和钙,巧克力则含草酸,若二者混在一起吃,牛奶中的钙会与巧克力中的草酸结合成一种不溶于水的草酸钙,食用后不但吸收,还会发生腹泻、头发干枯等症状,影响生长发育。

海鲜与啤酒易诱发痛风



海鲜是一种含有嘌呤和苷酸两种成分的食物,而啤酒中则富含分解这两种成分的重要催化剂维生素B₅。如果吃海鲜时饮啤酒,会促使有害物质在体内的结合,增加人体血液中的尿酸含量,从而形成难排的尿路结石。如果自身代谢有问题,吃海鲜的时候喝啤酒容易导致尿酸水平急剧升高,诱发痛风,以至于出现痛风性肾病、痛风性关节炎等。

水果与海鲜不容易消化



吃海鲜的同时,若再吃葡萄、山楂、石榴、柿子等水果,就会出现呕吐、腹胀、腹痛、腹泻等。因为这些水果中含有鞣酸,遇到水产品中的蛋白质,会沉淀凝固,形成不容易消化的物质。

强直性脊柱炎 易被误诊的“不死癌症”

文·本报记者 姜晨怡

强直性脊柱炎,一种曾被称为“不死的癌症”的疾病。近期的调查数据显示,目前,我国强直性脊柱炎患者大约超过500万,其中大部分集中与16—30岁的年轻人。医学专家称,此病的致残率非常高,如果不及早有效治疗,将造成脊柱强直、驼背畸形,严重影响正常

生活。然而,流行病学调查发现,我国强直性脊柱炎患者从首次出现症状到第一次被医生确诊,平均要经过6年时间的延误……

强直性脊柱炎误诊率为何如此之高?这种病会“盯上”哪些人呢?

现状堪忧

很多患者早期看病“走错了门”

强直性脊柱炎是一种自身免疫性疾病,可影响脊椎和周边大关节。据估计,中国强直性脊柱炎患者为400万,发病率在0.1%—0.4%之间。

很多人一直认为这种风湿疾病更容易盯上老年人。然而事实上,年轻人也容易遭受强直性脊柱炎的侵袭,发病期一般在20—30岁。由于强直性脊柱炎导致的疼痛和强直与其他导致背部疼痛的诸多原因很难区别,因此,患者可能在出现症状多年后仍未被确诊。根据流行病学调查,我国强直性脊柱炎患者从首次出现症状到第一次被医生确诊,平均有6年的延误时间。

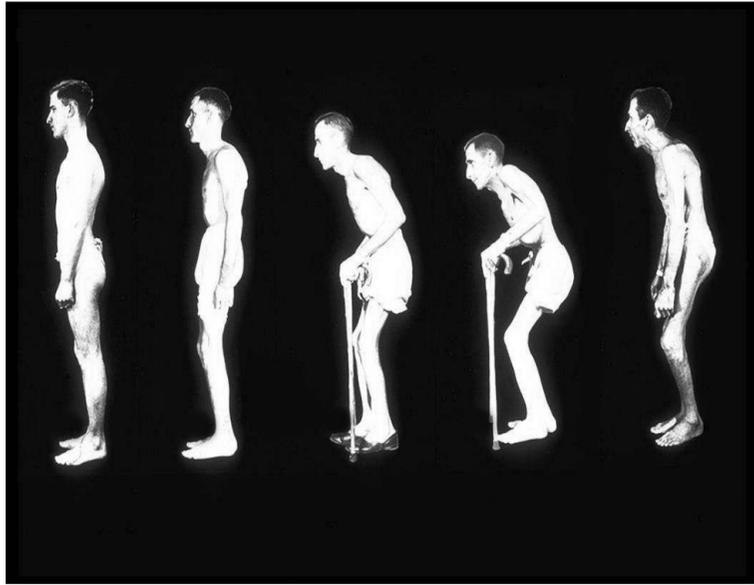
统计显示,目前超过50%的强直性脊柱炎患者确诊之后都是中晚期。而对于强直性脊柱炎的治疗效果而言,早期治疗与中晚期治疗的效果几乎存在天壤之别。中华医学会风湿病学候任主任委员、北京协和医院风湿免疫科主任医师曾小峰表示,患者可能在出现症状多年后仍未被确诊,但已明显致残。早期病人的治疗和预后都会很好,但对中晚期病人的治

疗,现在仍缺乏有效的根治方法。

曾小峰解释说:“强直性脊柱炎是年轻人顽固性背痛最易被忽视的原因之一。如病情进展,强直性脊柱炎最终可导致完全的脊柱融合,造成躯体活动严重受限,最终降低整体健康状况和生活质量。”

早期症状对于风湿科的专业医生而言,及时确诊并不困难。近10年来,国内风湿病专家队伍不断壮大,大部分中等级别以上的医院也都开设有风湿病专科,一些大医院的诊治水平基本上与国际水平相当。但对于强直性脊柱炎的早期确诊情况却并不理想。

曾小峰说:“很多强直性脊柱炎患者,往往在早期时被误诊为其他疾病。原因是他们早期去看的都是骨科、疼痛科等这样的科室。也因此造成很多治疗方法不科学。”曾小峰认为,医生和病人两方面的因素导致了上述情况的发生,包括医疗专科队伍数量不足,强直性脊柱炎知识普及不够等等。由此他提醒,如果患者有与强直性脊柱炎早期类似的症状,可以去看风湿免疫专科,排除这种疾病的可能性。



强直性脊柱炎脊柱病变示意图

均支持本病是一种全身性、免疫性疾病。

有人认为骨骼病变是强直性脊柱炎的主要表现,在治疗上就应该以治疗骨病为主。例如,可以用牵引拉开脊椎的间隙,避免粘连融合,也可以用手术的方法矫正脊椎的弯曲变形。“这只是治标之法,就好比向

沸水中加入冷水一样,只能暂时缓解症状,没有根本解决问题。”黄峰说。强直性脊柱炎是一种具有遗传性的免疫性疾病,具有进行性、全身性等特点,而非是一种单纯的骨科疾病,只有进行全身治疗,才能“釜底抽薪”,使各种免疫指标恢复正常,真正标本兼治。

未来方向

生物疗法可能是新希望

黄峰介绍,可以治疗强直性脊柱炎的方法有很多,但真正获得批准的却不多,原因是人们对这个疾病的认识还比较浅显。“遗传是这一疾病很重要的因素,90%以上的病人检测,都有遗传的背景。另外还有一些环境的诱发因素。但目前确切的致病机制并不清楚。”

“可以肯定的是,疾病治疗得越早,用药的时间则越短。如果疾病没有严重到一定的程度,比如没有畸形,一般三到六个月的治疗期就可以控制病情,再补充治疗一段时间,就可以取得较好的治疗效果,并不需要终身服药。”黄峰说,但如果很晚才确诊疾病,比如骨骼已经完全变形,驼背很严重了,那么患者的治疗就会很复杂。

黄峰介绍,治疗该病,其中很大一类药物是消炎镇痛的药物,还包括糖皮质激素治疗,这些药常常用于急性症状的缓解。黄峰说:“虽然激素药物比较迅速,但副作用多,本身如果有骨质疏松、高血压、高血糖、肥胖和白内障等的患者,长期使用激素类药物存在争议。”此外,还有传统的改善病情的抗风湿药物,但是起效慢,3—6个月才起效,“使用这些药物,因为起效慢,病人需要忍受疾病的折磨,这些药同样也有一定的副作用。”

由于难以诊断及致残率高的特点,强直性脊柱炎此前被称为“不死癌症”。然而,随着生物医药科技的快速发展,“不死癌症”正在被逐步攻克。只要病患早发现、早诊治,把握住“黄金治疗期”,遵从医嘱持续使用阿达木单抗等生物制剂,强直性脊柱炎也可以被有效控制。

黄峰介绍,生物制剂是一种新型的治疗方法,主要是用基因生物工程技术制备的高活性多肽制剂,用于疾病治疗。它的特点是靶向治疗,针对待治病因子;作用强效,起效迅速;对于有关节具有明确的保护作用,改善长期预后,但是价格高。“所以我们是强调要早发现及早治疗。对于早期患者来说,花这些钱可能换来的是后半生的幸福。疾病的期别靠后,药物也会有效,比如减轻疼痛,但付出和获益比例相对就小很多。”黄峰说。

近年来生物制剂治疗风湿病也成为临床医生推荐的一种有效方式,但我国使用生物制剂的比例与国外有很大差距,据曾小峰介绍,我国临床生物制剂的使用率仅为0.3%左右,而国外使用率已经达到26%。究其原因,可能与生物制剂较为昂贵有关。但曾小峰也表示,生物制剂早期使用可能感觉有些贵,但从长远来看,其价值高于药物本身的价格。因为风湿病是致残性疾病,如果早期不用药,后期致残率非常高,所以跟患病之后的生活质量相比,任何药物都不算贵。

为了满足并鼓励患者与疾病抗争的物质与精神的需求,帮助罹患风湿性疾病的患者坚持治疗以获得显著疗效,2011年底,由中国初级卫生保健基金会主办支持、白求恩基金会管理实施,艾伯维中国赞助的一项针对全国风湿病患者的公益捐助项目“手握明天”正式展开。该项目覆盖全国56个城市,帮助了许多强直性脊柱炎的患者,至2012年底已有超过1000名患者获益。据介绍,家庭年收入10万元以下的患者,经过医学评估,可以得到资助。

后果严峻

严重者可能致残

曾小峰称:“强直性脊柱炎如被忽视,可能会导致躯体活动严重受限,最终破坏患者的整体健康状况和生活质量。”

中国人民解放军总医院风湿科主任医师黄峰教授表示,强直性脊柱炎的表现还包括外周关节炎和附着点炎(肌肉—骨头相嵌处的炎症)。受该病影响的器官和系统包括眼睛、肠道和皮肤。要控制该病,风湿病专家的早期诊断及实施跨科室协作尤为重要。

黄峰特别提醒,强直性脊柱炎给患者带来的痛苦还包括精神上的:“一个年纪轻轻的小伙子活动不便,走路困难,严重者甚至生活不能自理,由此远离社会。这给患者带来的心里阴影非常之大。”

专家介绍,强直性脊柱炎是一种由于椎间盘病变而导致上下椎体骨质增生,压迫神经根、脊髓或影响动脉供血而引起脊椎炎症的疾病。患者可表现为腰部或腰骶部疼痛,伴有僵硬感,呈间歇性和反复发作,并伴随腰背疼、腰部运动受限,出现肌萎缩症状。患者除了脊椎关节炎所带来的疼痛之外,还会因为钙磷组织钙化,导致脊椎永久性的僵硬变形。若

患者再有骨质流失加上应力异常集中的情况,会造成脊柱多处骨折。

黄峰介绍,在临床上,少数病人会有侵犯眼睛、心脏、肺及肾脏等情况,侵犯眼睛会造成葡萄膜炎与虹膜炎,严重时可能失明。心脏侵犯多为无症状或轻微的主动脉瓣膜关闭不全及传导阻滞,少数患者并发上肺部纤维化或肾功能异常。黄峰建议,如果出现上述症状的患者应尽早接受医学检查,以排除强直性脊柱炎的可能性。

“强直性脊柱炎是一种异常痛苦并有可能致残的疾病,且主要攻击年轻人。”黄峰说。有不少学者认为,强直性脊柱炎的致病原因与遗传、细菌感染、免疫学异常等有关。有调查显示,强直性脊柱炎患者亲属中发病率比一般人高30倍左右。有研究发现,多对孪生兄弟先后出现强直性脊柱炎。另外,不少男性强直性脊柱炎患者合并有前列腺炎,而且患者中溃疡性结肠炎和局限性肠炎发病率较一般人高,从而推测致病因素可能是感染。其他致病因素还包括病毒感染、外伤、甲状腺疾病、肺结核、局部感染等。

治疗误区

仅治骨病是“在开水中加冰水”

最近几年,黄峰经常参加一些普及强直性脊柱炎的活动。“公众对这种疾病的认识不多。”黄峰介绍,强直性脊柱炎是一种全身性、免疫性的慢性炎症性疾病,但其早期症状被很多人认为是一种骨科疾病。研究

发现,强直性脊柱炎病人受累的组织器官是全身性的,如眼睛、心脏、肺脏、肾脏等多脏器,部分强直性脊柱炎患者的免疫球蛋白升高,而且在临床治疗当中,强直性脊柱炎应用免疫抑制剂治疗有效。以上事实

大运会首次对运动员进行心血管疾病检查

据新华社消息,第27届喀山世界大学生运动会7月6日开幕,大运会素有“小奥运会”之称,关于它还有许多不为人熟知的细节,本届大运会首次对运动员进行心血管疾病检查。

在兴奋剂检查的同时,喀山大运会对运

动员进行血压、超声波心电图等心血管疾病的检查。近年来,心血管疾病呈现低龄化发展趋势,在体育赛事、特别是学生体育锻炼中,因心血管疾病导致的猝死悲剧时有发生。体育赛事成绩固然重要,但青少年的健

康更重要。

此外,根据国际大学生体育联合会的规定,喀山组委会每天要向每位运动员提供大概5公斤的食物,以保证队员的营养需求。在整个赛事期间,厨师们预计将烹饪62万份套餐。

北京中小学生暑期要做“体育家庭作业”

据新华社消息,暑假即将来临,北京市教育部门通过布置“体育家庭作业”等多项措施,积极引导全市中小学生参加体育锻炼。

北京市教委近日发出通知要求:暑假期间,学校的体育运动场所要尽可能向学生开放。市、区县少年宫及青少年科技馆、活动中心等校外教育机构要组织丰富的艺

术、科技、体育等活动。

记者从北京市朝阳区教委获悉,暑假期间将为其辖区内的15万余名中小学生布置“体育家庭作业”,要求学生在家每天至少锻炼一小时。“体育家庭作业”根据男女生分别设定不同的体育项目,诸如仰卧起坐、立定跳远、引体向上等。暑假开始前,朝阳区每所学校将向学生们发放锻炼表

格,学生按照表格上的内容每天进行锻炼,家长是监督者。开学后,学生把锻炼的结果上交班主任。

另外,朝阳区今年将成立学生体质健康监测中心,中心将组织专家每年对全区中小学生的体检、体质测试等数据进行分析,对学生生长发育质量做出评价,并针对发现的问题提出建议。

世卫组织将针对新型冠状病毒疫情商讨对策

据新华社消息,世界卫生组织助理总干事福田敬二7月5日在日内瓦说,世卫组织将于下周针对新型冠状病毒疫情召集紧急委员会成员,商讨应对策略。

福田敬二说,目前中东呼吸系统综合征冠状病毒疫情没有进入紧急状态,也未在大范围流行,但鉴于病毒宿主的众多特征、轻度感染或无症状感染者到底有多少等情况依然未知,世卫组织决定于下周召集国际卫生条例紧急委员会成员,商讨对策。

他解释说:“我们希望能够充分应对各种可能,也希望各国能够充分应对病毒可能的发展走向。如果以后确实出现病例激增、疫情大规模暴发的情况或我们认为疫情确实发生了变化,届时我们就拥有了掌握最新信息的委员会专家,从而不会捉襟见肘。我们希望确保在以后需要的时候能够尽快采取行动。”

据介绍,这是世卫组织第二次根据《国际卫生条例》召集紧急委员会,之前一次是为了

应对2009年甲型H1N1流感。紧急委员会来自自全世界,研究不同领域的专家组成。

福田敬二说,世卫组织将向紧急委员会的专家们提供该组织已有的信息,供该委员会评估疫情,另外出现病例的国家也可以直接向委员会成员陈述自身观点和担忧,随后紧急委员会将应世卫组织要求,就该疫情是否构成受国际关注的突发公共卫生事件以及世卫组织是否需要现在建议的基础上增发临时建议等方面提出意见。

湖南政府“购买服务”干预艾滋病高危人群

据新华社消息,湖南省近年来通过探索“政府购买民间组织服务”,干预艾滋病高危人群百万人次,促进了艾滋病防治项目的发展。

据湖南省疾控中心性病艾滋病防治科科长陈曦介绍,从2009年开始,湖南通过省级项目招标采购参与艾滋病防治工作的社

会组织40个,市、县执行机构发展参与艾滋病防治工作的社会组织数则达到61个。在此基础上,政府通过购买服务的方式,让这些民间组织与疾控部门、医疗机构建立合作转诊机制,关怀艾滋病感染者和病人,提供心理咨询、治疗前准备、政策解读等服务。2009年以来,湖南民间组织干预艾滋

病高危人群服务次数已达百万人次。

专家认为,政府通过购买民间组织公共服务干预艾滋病高危人群,有利于促进防疫工作的开展。未来进一步发展,还需为民间组织提供政策支持,搭建民间组织与民政、卫生等部门的沟通渠道。对于符合条件的民间组织,要给予注册登记、资质审批支持。