

健康管理及慢病防控系列报道之七十七

小儿先天性心脏病重在预防

□ 本报记者 李颖

眉眉在出生后的3个月里一切情况都很正常,一家人整天围着她转,别提有多高兴了。可前不久,眉眉出现流鼻涕、打喷嚏、咳嗽、发热等表现,经常哭闹不安,一哭口唇就发紫。这可把一家人给急坏了,连夜抱去医院看急诊。经过各项详细的检查后,医生诊断眉眉患了肺炎,同时医生在眉眉的心前区听到了心脏杂音,进一步做心脏彩色超声检查确诊为先天性心脏病、室间隔缺损。

“小儿先天性心脏病,并不像大家想象的那么可怕。它不但可以有效预防,而且绝大多数可以得到有效治愈。”北京安贞医院小儿心脏中心刘迎龙教授在接受科技日报记者采访时表示,先天性心脏病在预防,目前安贞医院小儿心脏中心B超专家为孕妇进行检查能查出90%以上的先天性心脏病。先天性心脏病的孩子出生后,要根据病情选择不同的手术方式和手术时间。

做好“三早”第一步

“我们常说对待疾病要以‘早发现、早诊断、早治疗’为原则,对于先天性心脏病,同样如此。”刘迎龙教授介绍说,先天性心脏病一般可分为两大类:青紫型先天性心脏病和非青紫型先天性心脏病。

青紫型先天性心脏病的重症患儿多在出生时或出生后不久就表现出面部甚至全身皮肤发紫(即“紫绀”),喘憋、气促、精神萎靡、不肯吃奶、反应低下,反复出现心力衰竭等情况,如不及时治疗,生长期通常难以超过一年;较轻的青紫型先天性心脏病患儿,初期“紫绀”不明显,生后6个月左右出现紫绀并逐渐加重,常常在口唇、指/趾甲床、耳垂及鼻

尖等部位明显,并逐渐出现指/趾端膨大(即“杵状指/趾”);吃奶或哭闹时可出现呼吸困难等症状,严重时还会突然晕厥、抽搐,较大的孩子会说自己头痛、头晕,在行走或游戏时常常主动蹲下休息片刻。

非紫绀型先天性心脏病较轻的病例可能没有明显的症状,仅在体检时发现有心悸、胸闷、重症患儿在婴幼儿期常有喂养困难、呕吐、营养不良、易疲乏、气急等情况,在哭闹时也可以出现“紫绀”;此外,患儿还会表现为免疫力低下,反复患感冒和肺炎,易咳嗽,并且容易合并心功能衰竭;随着病情进展,肺动脉压逐渐升高时会出现较明显的“紫绀”。

刘迎龙教授提醒家长,在日常生活中应该多注意观察,一旦发现孩子出现以上表现时,应高度警惕先天性心脏病的可能性,及时到医院进行检查。较简单的先天性心脏病心电图、X光胸片和超声心动图检查,一般能够明确诊断。如检查后仍不能明确诊断,则需要到心血管专科医院做进一步的检查。

莫错过最佳治疗时间

“先天性心脏病的悲剧,有几个原因。”刘迎龙教授透露,一种是有的家长从没有带孩子做过任何心脏方面的检查,一直不知道孩子患有先天性心脏病。有的患儿先天性心脏病不明显,孩子只会表现为容易感冒、脸色差、剧烈运动后感到辛苦。由于长期供血受到影响,这些孩子的发育会慢慢逊色于其他孩子,家长给孩子增加许多营养品也无济于事,许多家长直到这时候才意识到问题严重了。“更让人心痛的是,有时等孩子把命丢了,家长才知道孩子有先天性心脏病。”

另一种情况是,家长知道孩子患有心

脏病,但是认为孩子年龄太小经不起手术的折腾,还是待孩子年龄大些、身体壮实些再施行手术比较安全。这是一种误区,其实现的心脏手术技术已经越来越先进,从孩子出生到三四岁都可以做手术。

“何时进行先天性心脏病手术,要视患儿的实际病情而定,而不能以年龄的大小和手术的耐受性而定。”刘迎龙教授解释说,有的先天性心脏病随着年龄的增大,并发症会逐渐增多,病情也逐渐加重,甚至会失去手术治愈的宝贵时机。

刘迎龙教授指出,最常见的先天性心脏病导管未闭、室间隔缺损、房间隔缺损,其手术时间要视缺损的大小而定,如缺损大,分流量大,肺充血严重,经常伴有心脏、肺炎等合并症,应及时手术,并且手术在婴幼儿期(1岁以内)即可进行,成功率接近100%。“手术远期效果也十分良好,不会残留后遗症,患儿术后将获得正常的生活质量,基本和正常孩子一样学习、玩耍,日后能照常进行工作和体力活动,养儿育女也不会受影响。”刘迎龙教授表示,随着医学的不断进步,小儿先天性心脏病也在不断改进。

“最好的方法就是尽早带孩子去有条件的医院找专科医生检查,明确心脏畸形性质、程度,由有经验的医生来决定手术时机,力争争取到最好的治疗效果。不要抱着‘等大一点再治’的想法,以免延误孩子的病情。”刘迎龙教授再三强调。

为先天性心脏病患儿开“绿灯”

“是否可以加号?”在好大夫在线咨询刘迎龙教授时,常会收到“可走绿色通道”的回复。这条“绿色通道”是刘迎龙教授在

医院规定的门诊时间之外,专为先天性心脏病患儿开设的就诊方式。

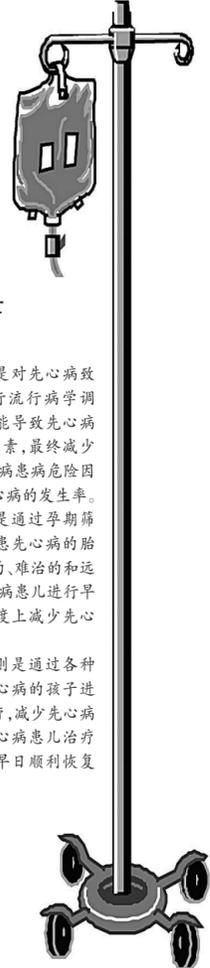
除“绿色通道”外,安贞医院小儿心脏中心还开拓网络就诊渠道,与好大夫在线网站合作,于2013年初开通了“先天性心脏病直通车”。好大夫在线的工作人员帮助患者收集、整理病情资料,办理等床手续,确定住院、手术时间等。患者到京后可以直接检查、手术,无需等待,从到京到出院仅需6—10天。

现在每天早上6点半到8点,刘迎龙教授就已经带着四五名年轻医生在心外大楼的“绿色通道”为没有挂上号的先天性心脏病患儿看病,所有的孩子都是先看病后挂号;外地患儿到安贞医院摸不清门,如果提前在网上进行预约,将有专人协助入院;贫困患儿没钱手术,可以申请救助基金……

“随着网络普及,就诊渠道已发生变化。”刘迎龙教授透露,过去,一半是病人告诉病人可以找哪个大夫,或自己到医院打听;还有一半是大夫介绍。如今,近半病人通过网络寻医就诊,其他一小半是病人或大夫推荐。

为适应这种变化,2009年刘迎龙教授开通了好大夫在线个人网站。截至目前,小儿心脏中心已有37位大夫开通了好大夫在线个人网站。他们在网上利用业余时间回答患者的疾病咨询,及时更新出诊时间、地点,发表疾病科普文章,就诊注意事项、术前术后准备工作等,让患者获取更多科学可行的医疗信息。

记者从安贞医院了解到,针对儿童先天性心脏病诊疗,已经构建了“立体化”的诊疗体系,去年小儿心脏中心接诊患儿超过3万人次。



健康小贴士

三级预防要牢记

一级防治:是对先天性心脏病危险因素进行流行病学调查,发现那些可能导致先天性心脏病的病因和危险因素,最终减少或消除这些先天性心脏病危险因素,从而减少先天性心脏病的发生率。

二级防治:是通过孕期筛查,发现那些已患先天性心脏病的胎儿,对那些复杂的、难治的和远期效果差的先天性心脏病患儿进行早期干预,一定程度上减少先天性心脏病的发生率。

三级防治:则是通过各种手段,对已患先天性心脏病的孩子进行早诊断、早治疗,减少先天性心脏病的危害,提高先天性心脏病患儿治疗效果,使孩子能早日顺利恢复健康、回归社会。

专家门诊

骨质疏松患者依从性不佳成治疗难点

科技日报讯(记者李颖)数据显示,中国骨质疏松患者人数超8800万,每两个老年人中就有1人患病。骨质疏松已跃居中国最常见慢性疾病的第四位。

“国内调查表明,约87%的骨质疏松症患者服药时间不足3个月。”复旦大学附属华东医院骨质疏松防治研究中心朱汉民教授指出:骨质疏松症治疗需要至少1年以上才能降低骨折风险,然而我们在临床随访时发现,很多确诊患者不能遵医嘱按时口服治疗药物,致使骨折风险增加。

骨质疏松症如果得不到及时治疗,会带来髋骨骨折、脊椎骨折等情况,其中尤以髋部骨折最为严重。据国际骨质疏松基金会的调查显示,有20%—24%的患者在发生髋部骨折一年内死亡,一半的患者生活不能自理。骨质疏松症及其并发症严重影响了患者的生活质量,给家庭和社会带来沉重的负担。

作为全球严重的公共健康问题之一,由于用药复杂、次数频繁、担心胃肠道副作用、缺乏快速疗效等原因,骨质疏松症患者长期治疗依从性差成为一个普遍问题。对此,美国新墨西哥州临床研究与骨质疏松症中心主任李维克博士表示,根据美国外科医生总会报告显示:美国骨质疏松患者的长期治疗依从性仅为50%。“患者治疗依

从性差将导致治疗效果不佳,无法有效抑制骨转换,骨密度大幅降低,增加骨折风险,并由此为美国带来每年一十亿美元的高额治疗费用。”

“确切可见的疗效是骨质疏松症患者坚持治疗的动力。”朱汉民教授表示,骨转换标志物检测可以更早评估骨质疏松治疗效果,18分钟即可快速监测骨质疏松治疗效果。临床上一般在治疗前检测基础值,治疗开始后3个月再次检测判断治疗效果并调整方案,以后每6—12个月监测一次。骨转换标志物检测能够快速反映治疗疗效,以改变或优化治疗方案,还可以对骨折风险和骨质流失风险进行预测和评估。

对此,上海交通大学医学院附属瑞金医院内分泌代谢科副主任刘建民教授指出:“骨转换标志物检测在骨质疏松治疗中的重要作用正日益体现。同时,最新临床研究发现,骨生化指标与全身多个脏器的生理和病理改变皆有关。因此,骨生化指标的研究对医学的进步有着重要意义。”



快讯

全国三叉神经痛防治热线开通

科技日报讯(马林凤)由中国医学科学院、中国中医科学院以及二十一世纪公益基金会等单位数十位国内外神经领域权威专家与媒体共同倡议成立的“全国三叉神经痛防治公益服务平台”日前在京启动。

为进一步规范和加强医患之间的沟通与协调,二十一世纪公益基金会倡议创建“全国三叉神经痛防治公益服务平台”。据悉,正式开通的“全国三叉神经痛防治公益服务平台”,将通过全国三叉神经痛防治公益服务热线和全国三叉神经痛防治公益服务网两种服务平台,对全国三叉神经痛患者提供服务。

国家中医药管理局副局长吴刚在充分肯定这一行动后指出,该平台将充分发挥全国优秀医生、专家的作用,协调医疗资源,为三叉神经痛患者与医院、医生之间建立起一座桥梁,让三叉神经痛患者从此远离治疗、康复误区,最大限度地解决有病乱投医问题,提倡“无病要预防,有病先咨询”的新就医模式,避免三叉神经痛患者在就医时走弯路而延误病情和承担不必要的风险。同时该平台还可为三叉神经痛患者提供医疗指导,选择最佳治疗方案,避免过度治疗,节约就医时间,提高就医效率,减少经济负担。

目前,北京嘉泽东博三叉神经医学研究院、山东潍坊彭胜三叉神经医院被定为“全国三叉神经痛防治公益服务平台定点医院”。该院创新的“三叉神经痛无创介入疗法”受到了国内知名神经系统专家的认可,他们一致认为该方法具有安全性、实用性、创新性、科学性等特点,值得在行业内应用与推广。

瑞士雅睿奶粉将进入中国

科技日报讯(佳宁)“奶粉”已经成为中国经济生活中的重要关键词,就在发改委对进口奶粉的反垄断调查的事态尚未淡去,各进口奶粉纷纷降价应对之时,来自瑞士的“雅睿”奶粉已做好了登陆中国市场的准备。

日前,广州众源贸易有限公司与瑞士HOCHDORF Nutricare AG签署“雅睿”品牌瑞士奶粉总代理协议。根据协议,HOCHDORF Nutricare AG

将首批为中国市场提供500吨的优质奶粉,广州众源贸易有限公司将负责雅睿奶粉在中国的销售、策划,目前确定参与雅睿奶粉销售的渠道商已经有100多家。

据广州众源贸易有限公司首席执行官赵征南介绍,雅睿奶粉最快将于2014年1月在中国上市销售,该奶粉定位高端,分0至3岁多个阶段的种类,预计售价在每罐(900克)368元人民币。

□ 本报记者 吴红月

保健产业新观察

ω-3 脂肪酸可为健康担大任

ω-3脂肪酸在人体中的作用一直被人们误解,事实上,科学实验数据表明,如果油脂中ω-3(Omega3)脂肪酸严重不足,会造成例如-3脂肪酸。长期下去,会导致细胞功能紊乱,诱发心脏病、糖尿病、癌症、脑功能减退、关节炎等疾病。日前,由中国保健协会主办、中国保健协会保健原材料分会、广州百岁天下承办的《ω-3脂肪酸与人体健康论坛》在京举办。与会专业人士、行业代表及生产企业共同探讨了ω-3的功能和作用,以及在营养产业当中的地位,希望进一步推动针对ω-3的科普教育,使之为广大健康起到积极的保护作用。

油该不该吃

资料显示,1997年到2002年,居民所需的十大类食物中,粮食和豆类消费分别下降了12.6%和6.8%;而奶制品在这5年间,增长了69.2%;糖类增长率达42.1%;其次其是植物油类、肉类、禽类和蛋类,分别上升了20%以上。中国人解放军总医院营养科微量元素研究室赵霖教授认为,人们对于膳食营养的认识存在着误区,比如,油脂对于人体的积极作用就是其中之一。

油脂对机体有很好的保护作用。全身皮肤表面布满不断分泌油脂的皮脂腺,使皮肤保持湿润,协助抵抗光线、细菌与化学物质的侵袭。油脂消化吸收后,转化成体内的脂肪,内脏器官外面包裹着脂肪,可以保护脏器免受伤害,受外界撞击时,可起减振作用。脂肪还是人体三大供能营养素之一,1克脂肪可以产生9千卡热量,吃低脂肪的饮食容易饿,就是这个缘故。

油脂能提供人体必需的脂肪酸,是脂溶性维生素的载体,脂溶性维生素A、D、E和维生素K等都必须溶解在油脂里,才能够被消化吸收。食用油能够提供必需脂肪酸,而天然油脂可以提供磷脂、植物甾醇、类胡萝卜素、谷维素、维生素E等营养物质。

有人认为油吃多了会引起疾病,赵霖教授认为这是个似是而非的概念。他说,要看吃的是什么油。普通食用油进入人体后,部分会聚集在体内转化为脂肪,易导致肥胖并诱发其他疾病。而山茶油等具有“不聚脂”特性,其富含的单不饱和脂肪酸能与体内的分解酶产生作用,被CO2分解、转换为能量,阻断脂肪在内脏及皮下生成,还能有效预防各类疾病发生。ω-3脂肪酸也有这样的功效。

ω-3在人体中起什么作用

ω-3脂肪酸是必需脂肪酸,ω-3脂肪酸,成分主要为二十碳五烯酸(EPA)和二十二碳六烯酸(DHA),能促进甘油三酯的降低,有益心脏健康,对人体多种疾病有治疗效果,具有不可替代的营养作用,主要依靠食物摄入。中国疾病预防控制中心营养与食品安全所霍军生研究员表示,大脑是ω-3最集中的地方,比较人体其他部位,大脑中所含的ω-3数量最多。而且,ω-3脂肪酸是代谢因子,其功能成分影响许多代谢信息,从而产生生物学作用,它与细胞间信息传递、影响激素作用等。

国家心脏中心/国家心血管病重点实验室副主任、北京协和医院教授惠汝太以“因纽特人悖论”详细解读了ω-3脂肪酸的科学功效。他说,高脂肪、高蛋白、较少的绿色蔬菜、水果和膳食纤维被认为是心脏疾病的诱因,而格陵兰岛的因纽特人以海产动物食品为主,极少蔬菜、水果和膳食纤维,其45—64岁男性居民心脏病死亡率为5.3%,而美国为40%。

因纽特人的主要食物海豹、鲸和其他深

海食物均含有丰富的DHA和EPA脂肪酸。这个发现引发了科学界对ω-3脂肪酸的持续观察。缺乏ω-3脂肪酸,导致细胞活性下降,影响大脑、眼睛、心脏等健康,降低身体的免疫力,导致癌症、冠心病等重大疾病,表现为注意力不集中,记忆力下降,视力减退,情绪易悲观、不稳定。

流行病学资料显示,恶性肿瘤的发生与摄入脂肪的种类和数量关系密切,饱和脂肪酸和动物脂肪的高摄入会增加罹患结肠癌、乳腺癌、前列腺癌的危险性,而经常食用富含ω-3的深海鱼及其他海产品的人群发生恶性肿瘤的危险性明显降低。另据科学调查发现,纤维蛋白原含量高的人群,发生心脏病的可能是正常人的5倍。增加膳食中ω-3脂肪酸的摄入量,有助于延长出血时间,抑制血小板凝集,减低发生栓塞的危险。在日本,渔民平均吃鱼250g/日(2.5gEPA),而日本居民心血管疾病发病率低与消费鱼类食物有直接的关系,其起到积极作用EPA正是从α-亚麻酸转化而来。

呼吁为专项补充ω-3立法

ω-3的综合利用前景广阔,国家早在

2000年就在内蒙古呼和浩特经济技术开发区启动了《亚麻籽综合开发利用项目》,承接该项目的王翠梅表示,国人对ω-3公众营养性的认识,其严重缺失,其前早被国外和国内资本方看好,产业发展和在营养膳食中的应用值得关注。

在美国,曾担任白宫营养主任、世界卫生组织官员、世界遗传与营养联合会副主席的西莫普勒博士一直致力于推动政府对专项补充ω-3的立法。在我国,国家对ω-3的必要膳食补充和教育还刚刚开始,促进立法的呼声正在从民间企业、行业协会向国家相应部门传递。

国家发改委宏观公众营养与发展中心主任于小冬强调,ω-3对于国民健康具有重要意义,然而,国民对ω-3的认知和普及教育呈现出短板,作为国家公众营养指导部门,应给予“ω-3公众营养”名副其实的名分,推动国民的认知和教育势在必行。

作为国内早期推广ω-3的企业之一的“百岁天下”,长期致力于推广ω-3膳食生产,以服务国民。广州百岁天下健康咨询有限公司董事长陈玉国表示,要起到企业应尽的责任,不仅做一个专注于ω-3生产的厂家,更要做好社会的普及教育工作。他在论坛现场向数十家企业发出倡议,一起致力做好ω-3的健康教育工作,并将在全国范围内联动开展“ω-3健康教育百城行动”。

资讯

我国肉鹅养殖亟待规模化

科技日报讯(张国芳)日前,由中国技术市场协会、国家发改委中国经贸导刊杂志社主办,中科院(北京)科技推广中心承办的“良种肉鹅繁殖技术示范推广及产业化学术交流研讨会”召开。

据了解,我国是养鹅大国,肉鹅产业市场潜力巨大。但在现阶段肉鹅养殖产业仍存在养殖技术不成熟、规模化程度不高、家禽疫病防控形势依然严峻等不足,如何加强肉鹅养殖技术创新,加速实现产业化、规模化、集约化是行业面临的首要问题。“良种肉鹅繁殖技术”是国家“星火计划”的项目之一,也是畜牧业发展“十二五”规划的具体实施和体现,湖南天鹅湖生态农业科技股份有限公司的良种肉鹅孵化基地和种鹅基地,每年可向社会提供50到60万的种苗供应,推动养鹅的专业化发展。

国务院参事徐锭明指出,养殖企业要以保护生态环境、维护生态平衡为己任,更好地推动鹅产业的科学发展。

湖南省科技厅副厅长易向凡认为,探讨和推广良种肉鹅繁殖技术不仅是技术创新的重大工程,也是一项服务三农和民生的重要活动。

孟山都公司再助国际奖学金

科技日报讯(记者吴红月)日前,孟山都公司董事会主席兼首席执行官休·格兰特在参加国际食品与农业管理协会组织的以讨论2050年农业所需人才和创新为主题的国际会议上宣布,孟山都公司将再投300万美元持续资助孟山都毕彻·博洛国际奖学金项目。参加此次大会的包括来自不同国家的学生、学术导师和农业领域精英的450多位业内人士。休·格兰特宣布孟山都公司将再次资助这一国际奖学金项目,专注于培养新一代小麦和水稻的育种家们。

迄今为止,孟山都毕彻·博洛国际奖学金项目共资助52位来自21个国家和地区的学生。截至目前,孟山都公司为该奖学金共投入1300万美元,该奖学金申请期也将延长三年,至2016年。

孟山都毕彻·博洛国际奖学金创建于2009年,为纪念世界小麦和水稻育种领域中杰出的两位科学家,亨利·毕彻博士和诺曼·博洛博士。小麦和水稻是全球数十亿人口获取日常营养的主要来源。两位科学家在小麦和水稻育种领域的成就帮助人们免受饥饿。

水稻和小麦作为全球广泛消费的主要谷物作物的一部分,也是发展中国家人们日常热量摄入的主要来源。提高水稻和小麦的产量对应2050年全球90亿人口对于食物的需求至关重要。

按发质选择护理用品

科技日报讯(李文)如何能让消费者建立起对洗发水品牌持续关注?多芬发现女性秀发受损的真正根源,打破按照中干油性发质类型定义洗护产品的传统,创新性地按照秀发不同的损伤程度分为隐性、可见性以及累积性损伤,并针对三个损伤阶段量身定制秀发护理方案,让消费者能拥有最适合她们各自发质的护理产品。

多芬通过寻找中国女性发质和使用习惯研发的秀发护理产品,引领了高端护发产品的发展潮流。除了基本的洗发乳和护发素,各种密集护理的精华发膜和形式多样功效卓越的免洗类产品也在推陈出新。其明星产品发膜精华护发素,更是以行业内首创的独特配方,结合了精华素的快速渗透与发膜的卓越滋养,在短短按摩1分钟内就能有效吸收,补充秀发流失营养,满足了在快节奏的生活下消费者对秀发便捷周到的护理需求,使得多芬在秀发损伤领域的权威专家形象再次得到了巩固。

三年来,多芬开展了一系列与中国消费者增强紧密互动和沟通的宣传活动,日益壮大了群众基础和影响力。在官方微博上,“多芬爱美丽”拥有近百万微博粉丝,多芬希望与中国女性分享头发健康护理的理念。