

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·李欣

中医药围术期应用防治术后并发症

麻醉与手术是一个人为的创伤过程。在得知手术的那一刻起,患者就背负了紧张、焦虑和恐惧的包袱,称之为精神应激,它是围术期应激反应的最初阶段。在麻醉与手术开始至结束,患者经历着大小不同的以创伤为主的一系列伤害过程,引发一系列以神经-内分泌-免疫和交感神经系统为主的病理生理变化,称之为创伤应激。

随着这些应激的发生发展,体内蕴含了大量调集来的应激能量,一方面这些能量提供着各个系统器官功能特定的需要,同时又使这些系统器官消耗着大量的代谢能量。如果患者身体足够强壮则能挺过这段时期,但年老体弱者则可能无法承担应激反应造成的负荷,从而进入病理性的应激紊乱状态。这种术后病理性的应激反应紊乱,是目前几乎所有术后并发症发生的

病理生理学基础。

如果对围术期应激反应和并发症的发生发展能用中医理论去诠释,再以该理论为指导进行中医药的辨证施治,是否能够达到预防和治理术后并发症的目的呢?

山东中医药大学附属医院麻醉科主任苏帆教授认为,建立手术创伤及并发症相应的中医理论,探讨该理论指导下的中医药干预手段,开发一系列围绕麻醉手术的中医用药,形成围术期中医药干预防治麻醉手术并发症的临床模式,必将给围术期医学带来一场深刻变革,也是发展中国特色麻醉的真正科学意义所在。

手术后并发症如胃肠功能紊乱、下肢深静脉血栓形成、肺部感染、心脑血管意外、术后认知功能障碍、术后

免疫功能低下等,一直都是麻醉科与临床手术科室必须面对的临床难题,也是围术期医学研究的重点。

苏帆教授已从事麻醉临床二十几年,具有麻醉与中医学双博士学位。他认为,由于应激反应紊乱广泛涉及各大系统器官及神经-内分泌-免疫功能,使得目前采用西药方法不可能做到全面而统一的针对性干预预防,术后并发症的防治在学科领域陷入困境。

苏帆教授及其研究团队建立了关于术后并发症的“小马拉大车理论”,是目前麻醉业界专家认可的中医对围术期应激反应紊乱和并发症诠释比较贴切的理论之一。理论的基本内涵就是术后患者“气虚大于血虚”。中医理论认为,由于术前禁食禁饮伤水谷之气,手术创伤伤卫气(破气),术中出血伤营气(气随血脱),术中缺氧伤清气,应激过度伤肾元气,开腹开

胸伤气机,而手术中能输血输液补充血的不足,但无法补气的不足。因此,上述原因的综合结果导致患者术后气虚大于血虚,发生“气虚血瘀”、“气郁血滞”的病理改变,像术后应激反应紊乱一样,这是术后一系列并发症发生发展的中医病机。

苏帆及其团队研究认为,针对上述理论的中医病机,第一,术前患者年老体弱,并可能伴随诸多疾病,即肾气本虚,可在术前培元固本、补气养血;第二,麻醉与手术创伤导致了气机受阻,气血失衡,可用针刺穴位进行通经活络、引领气血运行,调节失衡;最后,手术造成元气的大量消耗,形成“气虚大于血虚”,可在术后回阳补气、活血化痰。从以上三个方面着手,就可以针对性地用中医药进行围术期干预来防治术后并发症。

■ 健康视窗

营养素“王者”食物

文·华健

食物中的营养非常丰富,不同的食物有着不同的营养。四种营养素在生活中常见的以下食物中含量最高。

维生素C之王:鲜枣



每100克鲜枣果肉中的维生素C含量可以高达200—500毫克,一把鲜枣即可满足人体一天的维生素C需求。维生素C对增强免疫系统的能力、抵抗感冒等传染性病毒有明显作用,可以帮助身体吸收铁元素,还可以用来对付口腔溃疡或慢性肠胃炎。

蛋白质之王:大豆



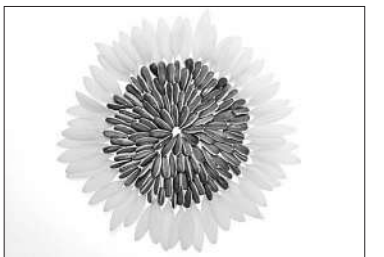
大豆(黄豆)的蛋白质含量高达40%左右,且大豆蛋白不含胆固醇,比起其他的植物蛋白质,大豆蛋白的氨基酸更完整、更合理,它被称为“蛋白黄金”。蛋白质是身体最主要的能量来源,蛋白质对细胞的“修复再生”功能则更重要、更神奇。

铁元素之王:黑木耳



每100克黑木耳里含铁98毫克,比动物性食品中含铁量最高的猪肝高出大概5倍,比绿叶蔬菜中含铁量最高的菠菜高出30倍。没有铁,我们就没有新鲜的血液,它是血红蛋白的重要成分,铁元素还是为人人知的“胃部营养剂”,一旦缺乏,就会导致有害细菌在胃内聚集、繁殖。

维生素E之王:葵花籽



每100克葵花籽能提供36.6毫克的维生素E,都达到国际摄入量标准(20毫克)的两倍了。维生素E是心脏年轻和健康的保证,它就像血管内部的润滑剂和“清道夫”,防止血液变稠凝固,促进血液良好循环。另外,身体在新陈代谢过程中会形成各种有害自由基,而维生素E却能直接吞掉有害基,消除它对人体细胞的侵蚀作用。

糖尿病服药 千万不能道听途说

文·吴志 本报记者 段佳

12月10日,国家卫生计生委新闻发言人姚宏文指出,我国城乡居民用药知识普遍匮乏,用药行为不规范现象普遍存在。居民自我用药比例逐步上升,导致用药安全问题日益凸显。

2012年全国居民健康素养监测数据显示,具备包含合理用药在内基本医疗素养的居民比例仅为9.56%,能够正确阅读药品说明书的居民比例约为15%。姚宏文说,公众是推进合理用药的关键。大多数人家中都会有小药箱,公众住住在患病之后,根据既往的用药经验自行选择药品,这很可能会造成严重的影响。

对于高发的慢性病,用药的误区更是比比皆是。家在福州市鼓楼区的蔡文明老人,患有糖尿病、高血压十多年了。最近几年一直在服用长效降糖药,但听说

长期用药容易引起低血糖,同时不容易发现睡眠中的低血糖等问题,这让蔡文明揪心不已。

国家卫生计生委开展的公众调查结果显示,60%以上的被调查者最希望获得合理用药的相关知识。

究竟什么是长效降糖药?不同人群如何选择用药?南京军区福州总医院第一附属医院(原解放军第95医院)内分泌科黄胜立副主任医师提醒说,临床上,各种口服降糖药都有其各自的优势,关键看患者服用时合适不合适,没有绝对好与不好的评判;尤其要注意的是一些长效降糖药也存在“短板”,有些患者如果过多服用长效药,容易导致低血糖。因此,糖尿病用药不能道听途说,更不能随意换药,需要请专业医生制订治疗方案,调整药物。



着一批长效磺脲类药物的问世,无论是在疗效上还是在副作用方面,也较中短效磺脲类药物有了更多的优势。特别是不会因为服药次数的减少而使疗效降低,能够避免过高胰岛素分泌峰的出现,从而有助于减少低血糖的发生。同时,由于长效降糖药在肠道内的释放和吸收缓慢,对胃肠道的刺激作用减弱,因而磺脲类药物的其他副作用也相应减少。黄胜立认为,这类药物不良反应少,只需注意防范低血糖反应即可,相对来说安全有效。

再如,格列吡嗪控释片属于第二代磺脲类降糖药,它能够相对稳定持久释放药物,作用持续时间

长。初始剂量为5毫克,早餐后1次顿服。可根据空腹血糖及餐后2小时血糖的监测结果,每2周调整一次药物,以使空腹血糖控制在3.9—7.0毫摩尔/升之间,餐后2小时血糖控制在10.0毫摩尔/升以下,最大剂量不超过15毫克。达到控制标准后改为维持治疗,长期服用。

格列美脲为第三代磺脲类降糖药。其作用特点是起效快,作用半衰期长,每日1次服药可达24小时控制血糖目的。给药方法与要求大致同格列吡嗪控释片,不同之处是给药剂量,每次服用格列美脲的剂量为1毫克,最大剂量为4毫克。

■ 延伸阅读

应对扑面而来的高糖时代

2012年有480万人死于糖尿病,其中半数60岁以下患者。糖尿病防治的医疗费用已经超过了4710亿美元。2013年预计全球将有510万人死于糖尿病,占有死亡人数的8.39%。毫无疑问糖尿病已经成为21世纪人类所面临的最大灾难之一。

12月16日,海军总医院内分泌科的郭启煜主任向记者透露了这一数据。

对于如何控制糖尿病,郭启煜介绍最重要的就是要注意吸烟、锻炼、饮食。他说:“与其他慢性疾病不同,2型糖尿病是能够被预防的,只要通过如改变生活方式等方法,将血糖控制在医学允许的范围,就可延缓病情进展的脚步。”

郭启煜说,很多研究,包括中国的大庆研究、美国的DPP研究还有芬兰的DPS研究,都证明生活方式干预可以使糖尿病的患病风险减少50%—60%。但郭启煜也表示,当生活方式干预无法奏效的时候,还是要依靠药物。

安全有效不易漏服
长效降糖药更适合老年人

糖尿病患者从患病的那天开始,就意味着以后的日子将和各类降糖药相伴。

黄胜立介绍说,口服降糖药种类很多,包括长效药和短效药两种。长效降糖药是指因降糖药物的半衰期长,或采用某种药物剂型使降糖药物缓慢释放,达到持续的降糖效果,一般持续时间为24小时,所以每日只需口服一次。目前属于长效的降糖药物有:优降糖(格列本脲)、格列美脲、格列吡嗪控释片(瑞易宁)等。

老年糖尿病多为2型糖尿病,其特点是对胰岛素抵抗或胰岛素的分泌不足,故而对口服降糖药敏感,服药后血糖控制效果良好。同时,由于老年人记忆力减退,容易发生忘服、漏服药物现象,从而影响药物疗效,所以,老年糖尿病患者在选择口服降糖药时,可考

虑服用每日1次的长效降糖药。

“长效降糖药的优点在能够相对稳定持久地释放药效,不良反应少,服用方便,因此作为一线药物长期服用。”黄胜立说,缺点是容易引起低血糖反应,特别是降糖药,其降糖作用强而持久,低血糖是其常见的不良反应,即使白天没有出现低血糖的问题,也很容易在夜间发生血糖过低。“尤其是老年人更应慎用。”

黄胜立认为,选择药物除了要根据患者病情外,还要注重药物的联合应用和多靶点治疗。有些药只是单纯降血糖;有些药除了降血糖之外,还不影响胰岛β细胞功能;有些药对胰岛β细胞功能有保护作用,医生会根据不同患者的情况,选择几种不同的药物联合使用,实现合理搭配,达到既有效,又经济。

心血管事件的发生。

每位糖尿病患者的年龄、性别、病程、胖瘦都不一样,选择药物种类、剂量也各不相同。一些老年糖尿病患者伴有自主神经损害,低血糖早期症状往往不明显,致使不易被发现,等到出现症状时,可能情况已很危险。因此,黄胜立建议,这种情况不要选择长效的降糖药。

黄胜立说,血糖控制不稳定者,如果使用长效药,当体内血糖波动到低值时,而降糖药还在发挥作用,就容易引起低血糖。有一类糖尿病患者,表现出没有原因的频繁、快速的血糖波动。24小时内血糖峰值和低谷值之差达到或超过5.6毫摩尔/升,这类糖尿病患者本身的特点要求他们应在每一餐去调节血糖,因此不宜使用长效药。而另一种由于感冒、拉肚子、手术等其他因素造成的血糖不稳定,可在这一时期内避免使用长效药。

长效药也有“短板”
专业医生因人而异制订方案

长效降糖药因降糖快速持久且物美价廉,颇受糖尿病患者欢迎。“但有些患者如果过多服用长效药,容易导致低血糖。”黄胜立提醒说。

而低血糖的难受程度和危害要远远超过轻度高血糖。轻者出现大汗淋漓、心率加快、饥饿、软弱无力、流口水等症状,严重时会出现昏迷。需注意的是,低血糖轻症者一般进食糖果、葡萄糖片,喝一杯果汁或糖水、牛奶等,数分钟后,低血糖症状即可缓解,必要时要及时送医院治疗。

黄胜立表示,糖尿病用药不能道听途说,更不能随意换药,最好到正规的医院请专业医生制订治疗方案,调整药物。

如使用长效降糖药对老人的影响可能较大,因为有些老年糖尿病患者吃得并不多,代谢功能差,长效的降糖药容易在患者体内蓄积,发生低血糖的危险增加,而且发生低血糖后还不易察觉,更容易引起急性

没有绝对的好与坏
选择降糖药要用“猫论”

不管白猫黑猫,能抓老鼠的就是好猫。黄胜立说,临床上,各种口服降糖药能存在,就说明它一定有某个方面的优势,也就是说,各种口服降糖药只有服

用得合适不合适,而没有绝对的好与不好。

比如说,二甲双胍被推崇为基础降糖药,但临床应用时间最长,应用最为广泛的则是磺脲类药物。随

青岛推出“关爱生命全过程”活动

科技日报讯 12月15日,从河南到青岛市市北区务工的王女士,免费享受了孕前优生健康检查。这是青岛市人口计生局“关爱生命全过程”爱心服务活动的最新举措。据了解,在青岛市市北区,只要同时具备“符合生育政策并准备怀孕”和“居住在市北区并纳入计划生育管理服务半年以上”的流动人口“两个条件,就可以免费享受19项,标准为600元的孕前优生健康检查。

调研发现,独生子女伤残、死亡、计划生育手术并发症等特殊家庭需要社会照顾,困难的计生家庭需要社会救济,“空巢”的父母需要社会关怀。市北区较早地提出了“关爱生命全过程”的理念,全程呵护人的生命。

为了更好地为妇女提供优质的生殖健康服务,2013年初,区里投入170万元,为全区年龄在35岁至

59岁之间的低保、残疾等特殊困难计生家庭中的已婚妇女开展“两癌”早期筛查。全区已有6278人次接受了检查,有几十人获取了人口关爱基金救助,及时住院手术。

市北区政府近年来每年都投入大量资金,实施“和谐幸福家庭促进计划”,对辖区内即将结婚的人群提供免费婚前检查,对已婚未育妇女进行免费孕前优生健康检查,对已婚已育的无业、失业人员和流动人口提供免费生殖健康查体。今年,政府又投入100万元,对女性生理和心理健康给予多项帮助和关照。此外,还完善了养老服务,做好独生子女死亡、伤残,手术并发症等计划生育特殊困难家庭抚恤工作,关爱生命全过程。(梁捷)

老牛基金会助力残障人行走在阳光下

科技日报讯 12月16日,内蒙古自治区兴安盟的下肢残障人士张先生得到通知,将可接受免费的假肢装配。张先生是老牛基金会“老牛阳光助行”项目的受惠者。

12月3日是第22个国际残疾人日,当天,老牛基金会“老牛阳光助行”项目的捐赠仪式举行,内蒙古自治区的3000名下肢残障人士将受惠于这一项目,可以重新站起来,行走在阳光下。

“老牛阳光助行”项目计划用两年的时间,为内蒙古自治区全区3000例下肢残疾人实施免费假肢装配。该项目由老牛基金会捐资600万元,内蒙古自治区政府配套等额资金形成项目专项资金。由自治区残疾人联合会和自治区残疾人

康复服务中心负责项目的具体组织和实施。

统计显示,内蒙古自治区现有残疾人158.58万,涉及470万个家庭人口。截至2012年11月,有康复需求的残疾人87.42万,需要装配下肢假肢的残疾人3053人。由于假肢装配的费用较高,加之目前残疾人装配假肢尚未纳入医疗报销范围,大多数肢体残疾人依旧使用轮椅或者卧病在床,行动和生活十分不便,难以就业。

“老牛阳光助行”这一项目,覆盖全区所有有装配下肢假肢需求的残障人群,将实现全区肢体(下肢)残疾人全部站起来的目标。

(段佳)

食品药品监管局严查保健食品

据新华社消息,国家食品药品监督管理总局12月13日通报,监管部门在保健食品执法检查中,发现“赛而牌维美克减肥颗粒”等21种产品含有违禁化学药物成分,为假冒保健食品。

这21种假冒保健食品包括赛而牌维美克减肥颗粒、蚁力神牌鸣琪胶囊、诺瑞特牌巴拿拿胶囊、艾里斯牌艾里斯胶囊、英皇龙威牌斯力泰胶囊、中研通牌山决左旋肉碱胶囊、脂肪燃烧弹果素瘦身胶囊等,被检出的违禁化学药物成分包括酚酞、西布曲明、格列本脲、二甲双胍等。具体产品名称及生产单位等已在食品药品监管总局网站进行通报。

根据食品药品监管总局的通报,检出这些假冒保健食品的被抽样单位中,不乏哈药集团股份有限公司宝葫芦大药房、湖南九芝堂零售连锁有限公司安乡紫珑店、黑龙江启康百姓医药连锁有限公司会展家园店等连锁药店。