

## ■医卫前沿

文·王霞

6月17日,中国医学科学院肿瘤医院肝胆病区主任吴健雄教授透露,2006年至今,他带领的肝胆外科团队通过技术革新,创立了“肝区域选择性适时光流阻断”新技术,对肝癌实行精准肝切除术。应用这种动态微创的血流阻断技术,已安全切除肝癌数百例,切除率达100%,其中中央型肝细胞肝癌施行个体化的中叶肝切除术后,大于90%患者的肝功能在一周内恢复至轻度肝受损,且无围手术期死亡。

据了解,吴健雄教授首次在国际上提出了安全切除中央型肝癌的新方法,该方法赢得了国际业界同行的高度评价。

中央型肝癌是指与三个肝门关系密切,与肝静脉、门静脉、胆管系统肝内主干分支或肝后下腔静脉粘连,或距离小于1厘米的肝癌。因其解剖部位险

要,在肿瘤的发生进展过程中易在短期内压迫或侵犯上述三个肝门区的重要血管及胆道系统,可能导致肿瘤的快速转移或高位胆道梗阻,从而给患者机体造成极大的危害,常可在较短的时间内危及病人的生命。

吴健雄说,也正因部位险要,在做中央型肝癌切除术时,容易发生重要血管破裂的致命性大出血或难以愈合的中央区胆道损伤。因此,尤其是当中央型肝癌累及肝门区的重要血管时,常被称为手术“禁区”。然而,治疗上除了手术切除肿瘤,目前对于中央型肝癌,尤其是累及三个肝门区的肿瘤尚无其他有效治疗方法。至今为止,以肝切除术为代表的外科治疗仍是肝癌治疗的首选方法,部分肝切除手术患者的5年生存率可达40%,对于肝功能较好及早期肝癌的肝切除术后患者的5年生存率可达60%。而不能切除肝癌患

者的中位生存期仅约11个月至20个月。

“安全切除肝癌的实质性问题是如何避免中大出血和术后肝功能衰竭。”吴健雄说,要提高手术安全性,既要不断革新外科技术,突破手术“禁区”,又要强化外科微创理念、创建微创术式、研究快速康复方法。吴健雄说,既往对于中央型肝癌的外科治疗,多采用国际上普遍应用的入肝血流全阻断,或全肝血流阻断后进行肝叶切除甚至扩大半肝切除术,术后常因术中全肝缺血缺氧及消化系统组织淤血加重,加之切除的肝体积过大,而导致术后肝功能及胃肠功能恢复慢,甚至肝功能衰竭,严重威胁病人的生命。

吴健雄介绍,“肝区域选择性适时光流阻断”新技术与目前国际上常规应用的入肝血流全阻断相比具有下列优点:一是能满意地控制肝创面出血;二是即

使肿瘤位于肝左右叶交界处,由于是一种动态的区域血流阻断法,切肝时始终保持门静脉血流通畅,所以减轻了消化系统组织的术中淤血;三是区域性肝血流阻断可相对延长阻断时间,使得术者能从容地进行肝门区高危部位的精细解剖,因此明显减少术中出血和手术并发症的发生;四是肝的区域适时光流阻断,使得切肝时肝脏的缺血缺氧范围及时间减少至最低限,明显减轻了肝细胞的损害,有利于术后肝功能及胃肠功能的快速恢复。

吴健雄表示,目前,中国医学科学院肿瘤医院的肝癌诊疗创新性研究还在不断改进和深入,肝癌的生存率和治愈率也将随之提高。“肝区域选择性适时光流阻断”新技术的成果论著已于近期在国际上的重要医学刊物发表。

## 新技术切肝可有效提高中央型肝癌治愈率

## ■健康视窗

## 戒掉危害健康坏习惯

好习惯可以提高人们的生活质量,坏习惯则可能危害健康。但有一些不良习惯却往往被人忽视,日积月累,影响严重。

## 睡觉前不刷牙



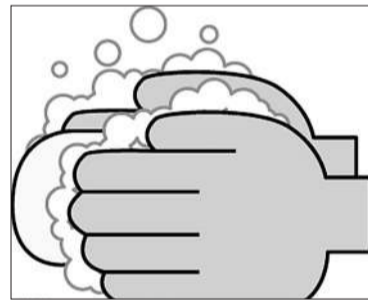
睡前刷牙比早晨更重要,不仅可清除口腔积物,并且有利于保护牙齿,对安稳入睡也有帮助。人在睡眠过程中,唾液分泌量会大大减少,而这些唾液是杀灭细菌的主要力量,不刷牙也许会造成口腔细菌趁虚而入,龋齿及牙周病危险随之大增。

## 用清水洗澡



导致人体发臭的细菌以汗液,特别是腋窝和腹股沟排放的汗液为生。汗多时,光用水冲是洗不干净的,会导致细菌滞留,滞留的时间越长,人就越“臭”。

## 不用肥皂洗手



当你上厕所擦拭时,手与大肠杆菌源距离极近,可能造成细菌感染,如果不用肥皂,根本无法完全清除细菌。

## 不每天换内裤



微生物学家查尔斯·格巴博士指出,内裤穿一天,上面就会留有约0.1克的粪便,一克粪便中含有1000万个病毒、100万个细菌、1000个寄生虫包囊和100个虫卵。这些细菌会附着在手上,如果不洗手就去揉眼睛甚至拿东西吃,就会因此而染上疾病。

## 光着脚健身



健身时最好穿一双轻便的鞋子,因为健身时脚会大量出汗,潮湿的环境最利于细菌滋生,这些细菌会通过别人的脚留在地板上,当你的脚踩上去,就可能感染到脚癣或跖疣(一种足底疣)。

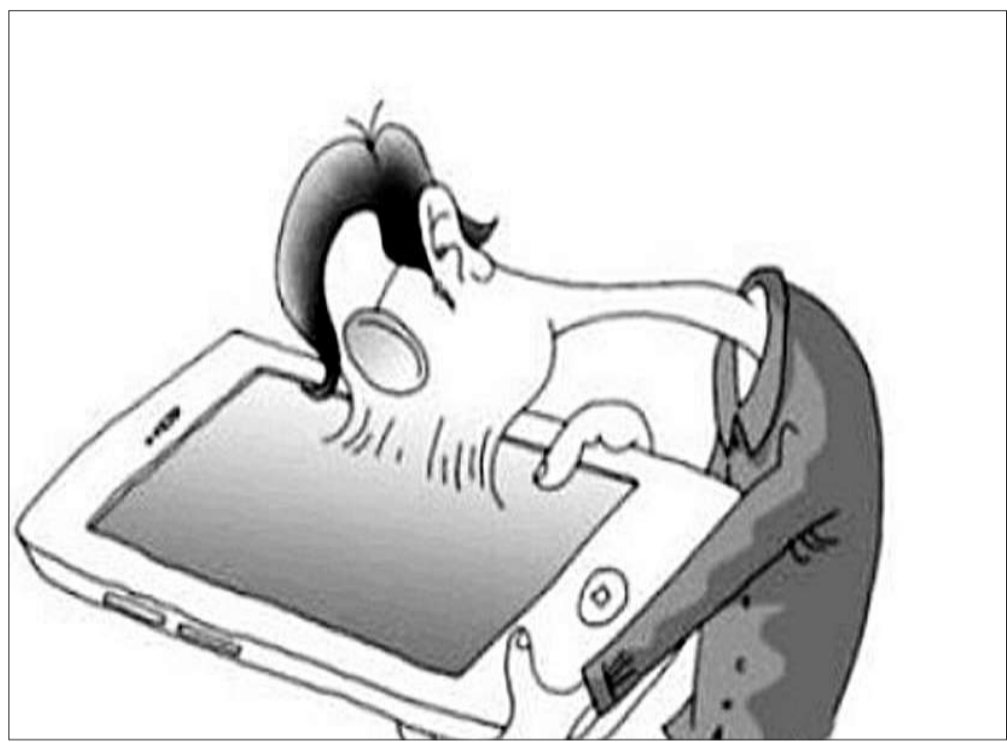
## 低头“爱”手机 美丽远离你

文·吴志

古诗里“举头望明月,低头思故乡”的触情美景,意味深长,耐人寻味。而到如今,低头的年轻男女,却大多是对着手机屏幕刷微信、打游戏、看视频。家在福州的女白领黄宇洁就是一名“低头族”,无论在车里或者办公室,时时刻刻都在盯着大屏幕的智能手机。可最近,小黄听说“低头族”容易有双下巴,长皱纹,这

可把小黄吓坏了。

“长时间低头盯着电子屏幕看,有可能会使肌肉神经紧张,进而出现颈纹、面部皱纹等肌肤老化问题。”南京军区福州总医院皮肤科陈向齐副主任医师介绍说,大部分人都是“机不离手”的状态,很容易让皮肤美容问题提早找上门。



## 丧失注意力

手机等多媒体工具会让人们陷入一种持续的“多任务”状态,甚至会导致“注意力缺失”。经常处在多任务状态的人在处理工作时的注意力显著下降,这大大削减了我们思考的能力,让我们的思维变得更加难以深入复杂的层面。

## 导致疲劳

青少年频繁地使用手机,将严重影响睡眠质量,引发感应性疲劳和神经衰弱,特别是对于儿童来说,手机可能造成的健康危害和烟酒一样严重。

## 影响新陈代谢

智能手机的功能异常丰富,原本应该是睡觉的时间,但很多人可能正沉迷于不停地刷微博、微信聊天、手机QQ等网络活动,打乱了正常的生活规律,导致第二天精神萎靡。有研究显示在床上使用1个

## ■相关链接

## 睡前玩手机对眼睛损害最大

近年来,手机已成为人们生活中不可或缺的工具。每天出门都随处可见与手机“形影不离”的人群,公交车上,马路上,商场里,打电话、用手机上网了解天下大事和玩游戏的人越来越多,甚至有不少人睡前的最后一刻,也要躲到被窝里再摆弄一会儿手机才能睡去。医生提示,长时间用手机或电脑已成为引发眼科疾病不可忽视的重要原因之一。

据介绍,看手机最容易造成眼睛疲劳和伤害。这是因为手机屏幕小、字体小,比看电视、电视更“费眼神”。使用者精神高度集中,眼睛就会自然睁大,时间一长就特别容易造成眼睛疲劳,尤其是晚上躺在床上玩手机对眼睛的危害更大。这是因为关灯后周围环境很暗,而手机的屏幕是亮的,在这样光线反差较大的环境中,时间长了就会导致视力下降,近视的人也会在不知不觉中加深了度数。

另外,手机的紫外线能造成眼睛提早老化,比如生成白内障、眼癌、角膜炎等眼部疾病。大连神谷中医医院眼科主任吕燕然说,就诊的病人常常自述,感

多小时手机等会发光的电子产品,会阻碍人体生成褪黑素,生理周期将受到影响,并使睡眠处于浅状态。人体生物钟长期被打乱,则会影响新陈代谢、情绪、免疫力,导致疾病多发。

## 削减思考的能力

专家介绍,手机会让人陷入一种持续的“多任务”状态,长此以往甚至会让人们患上类似“注意力障碍”的心理问题。在这种情况下,人的注意力受到了严重的影响,思维不断被打断,这大大削减了思考的能力,让思维变得更加难以深入。此外,过度关注手机还会让人处于应激状态。外间的一切变化,随时可以接收得到,让人难以安定。“即使是在休假的时间里,也与手机形影相伴,让自己的行踪时刻掌握在每一个想与你联络的人手里。其实这样做并不能得到真正的休息。”(张虎军)

## ——熬夜——

## 皱纹眼袋提早找上“低头族”

生活中,“低头族”通常熬夜玩手机、伴着手机入睡,很容易让皱纹和眼袋提早找上门的。

除了常讲的手机有电磁波的问题外,晚上10点到凌晨1点,是皮肤自身修复最强的阶段,必须保证充足的睡眠,才能延缓皮肤衰老。陈向齐说,养成低头的习惯,不

仅损害视力,还会使眼部肌肉松弛,形成眼袋,加速眼部肌肤的衰老。长时间打手机,容易造成黑眼圈的出现。

陈向齐提示,如果用食指按压颧骨上方,将肌肤轻轻往上推,眼周便浮现细纹,挤出眼袋,那么,“布袋眼”离你不远。

## ——低头——

## “双下巴”“火鸡颈”颈部定型

平时,在低头玩手机时,脖子承受的压力较平常为多,脖子的肌肉又是垂直生长,皮肤易出现松弛下垂。陈向齐说,保持“低头”挤压的“造山运动”,会缩短脖子的肌肉,表皮细胞自然衰老,变得没有活力,使颈部的皱纹加深。

颈部皮肤本身就处于对抗重力的过程中,容易影响增加皱纹生长的程度。“特别是原本比较肥胖,下颌脂肪偏多者,重力和低头施力会对脂肪有一个牵引,造成皮肤

松弛,导致下颌松垂,容易定型出‘双下巴’。”陈向齐说。

对此,陈向齐也提示,两个小动作,就能检测出低头玩手机对颈部皮肤带来的危害。首先,一低头,“火鸡颈”原形毕露:镜子与脸平行,压下巴,颈部出现明显皱纹,肌肉堆积,那就是肌肤松弛下垂,有了“火鸡颈”先兆。其次,双指轻捏,“双下巴”藏不住:低头使用大拇指和食指捏下巴,如果能够轻易捏出赘肉,那很不幸,“双下巴”已经找上门。

## ——眯眼——

## 眼周黯沉皱纹变深

手机屏幕的字体相对很小,特别在较暗、颤动的地方看液晶屏幕,读的时候习惯性会将眼睛眯起来,不自觉地增加了眼角以及眉间皱纹。陈向齐说,如果不断重复做这样的动作,加上眼周黯沉、丧失弹性,皱纹有可能会变得越来越深。长时间低头聚精会神地看一样东西的人,额头肌肤长时间紧绷着,肌肤没有了弹性,内部组织结构垮塌,也容易出现皱纹。

此外,大多数手机屏幕是彩屏,会发出五颜六色的光线(射线)。如长时间近距离地照射面部,其面部皮肤势必发生不同程度的色素改变而形成面部色斑。

## ■延伸阅读

## 经常玩手机的7大危害

最新调查显示,越来越多的人开始离不开手机,并沉迷其中。手机的出现,本来是为了让沟通更便利,结果却使得人们更加孤独,手机带给生活的负面影响主要包括以下五个方面:

## 生活圈子变窄

手机使得以往的家庭聚会、同学聚会等传统社交模式变得“不那么重要”。沉溺于手机的人们就像“活在气泡里的一代”,“手机和其他多媒体工具像一个气泡把我们包裹起来,让所有的注意力都集中在小小的屏幕上。”

## 孤独感增加

手机为人们打造了一个惬意的心理空间,让我们在任何时间、地点都能与外界连接,但是心理上的孤独却不断增加。人们觉得自己认识很多人,但在上千人的通讯录里却找不到一个能谈心的人。

## 影响人际关系

如果你在和家人、朋友交流时,不停地摆弄手机,会让对方产生“延迟”,使对方觉得你缺乏诚意,也更容易引起冲突。

## 应推行检验和临床医生岗位轮转制度

科技日报讯 解放军302医院临床检验医学中心副主任李伯安,6月16日在刚刚结束的全国首届肝胆胰脾疾病临床与检验学术研讨会上建议,大力推行检验和临床岗位轮转制度,使临床医师和检验医师加强相互学习,特殊病人根据需要实行检验和临床专家联合会诊;同时,加强临床与检验课题的联合研究申报,使最新研究成果更好地用于疾病的诊断和治疗。

临床诊断和实验室检测具有很强的依存性,随着现代医学个体化治疗的快速发展,疾病的诊疗只靠单方面的临床症状很难准确的判断病情,实验室检测在对疾病的早期诊断、治疗、疗效评估及疾病的预防等方面也发挥着重要的作用。

但在实际的治疗过程中,有时也存在临床医师和检验医师各自为战、临床需求和检验开展的项目的相互脱节、检验结果的解读和临床诊疗方法结合不够等矛盾,302医院临床检验医学中心门诊检验室主任郭桐生介绍,在肝胆胰脾疾病中慢性肝病、肝硬化的生化全项检测报告中,有30几项检测结果,但通常临床上常常只关注其中的6—7项,有几项最新的检测指标,会被临床医师忽视掉。这在一定程度上会对患者病情的准确诊断和治疗产生影响,因此双方进一步加强彼此的交流与合作就显得尤为重要。

全国首届肝胆胰脾疾病临床与检验学术研讨会由全军医学专业委员会、中国医疗保健国际交流促进会主办,来自实验室检测和临床诊断方面的专家学者齐聚一堂,围绕新出现的检测指标如何用于临床病情诊断、临床对实验室检测的需求等内容开展了深入的研讨交流。

(郭阳虎 戴欣)

## 西安开通医疗救助即时结算服务

据新华社消息,记者6月20日从西安市卫生局了解到,西安将把市属13家医院全部增加为医疗救助“一站式”服务定点医院,开通“一站式”即时结算服务。

据了解,医疗救助“一站式”即时结算服务将惠及西安所有城乡低保对象、农村五保供养对象和经各区县民政部门认定的城镇低收入家庭以及重点优抚对象等困难群众。

享受“一站式”即时结算服务的救助对象只需凭民政部门颁发的相关证件和个人有效证件到定点医院住院治疗,定点医院先行垫付治病费用就可以及时入院,出院结算时按照医疗保险或新型农村合作医疗、城乡居民大病保险、医疗救助的顺序报销后,只需支付个人自付部分即可出院。

“一站式”即时结算服务从根本上解决了过去医疗救助对象办理救助手续复杂、费用结算繁琐以及无人入院的问题,把以前的病后救助变为病前、病中救助,实现了“随来随治,随走即结”的目标。

据了解,加上此次新增的13家市属医院,目前西安医疗卫生机构中市、县(区)、镇(街)三级已确定的医疗救助“一站式”定点医院已达136家。

## 3.6克乳蛋白牛奶引领全新体验

科技日报讯 6月17日,一款名为“杰茜牧场”的牛奶产品在北京中国大饭店正式揭开面纱,其3.6克的天然优质乳蛋白含量让业界惊叹不已。辉山乳业常务副总裁葛坤表示,杰茜牧场全部采用企业100%自营牧场里资源稀缺的娟姗奶牛所产原奶,致力于满足消费者对高安全、高营养、高品质乳品的需求。

“杰茜牧场的推出,让中国市场从此有了真正的高端牛奶,它以3.6克的乳蛋白含量重新定义了高端牛奶的品质新标准。”中国乳制品工业协会名誉理事长宋昆冈表示。在牛奶营养价值受到越来越多关注的当下,杰茜牧场系列产品3.6克乳蛋白将高端奶的营养价值清晰量化,创下突破性数据,必将引领全新的消费体验。

英吉利海峡上的杰茜岛以娟姗乳牛原产地而闻名遐迩,娟姗牛最大的优点就是乳质浓厚,乳脂、乳蛋白含量均明显高于普通牛奶。辉山乳业依托高效的牧场管理系统,娟姗奶源的营养价值得以充分的保留和利用。100%采用来自辉山自营牧场娟姗奶源的高端产品,杰茜牧场在辉山乳业全产业链建设模式下保障了产品的安全与高品质。

(段佳)