

□医学科普

■李艳鸣



眼下正是全年脑卒中的发病高峰期。医学专家提醒,高危人群须引起警惕,除了注意保持健康的生活方式及调节好工作压力外,还要谨记脑梗的急救常识,以防意外发生。

天气忽冷忽热易诱发脑卒中

早春时节最易发生脑梗死

笔者从多家医院神经内科与急诊科了解到,目前因脑卒中接受急救与住院的患者爆满。脑卒中是指由于急性脑循环障碍所致的局限或全面性脑功能缺损综合征或急性脑血管病事件,主要分为缺血性卒中即脑梗死,以及出血性卒中即脑出血和蛛网膜下腔出血,其中脑梗死占脑卒中的70%~80%。脑血管病是目前导致人类死亡的三大主要疾病之一,并且存活者中50%~70%患者遗留有严重残疾,给社会和家庭带来沉重的负担。

笔者结合气象部门提供的气象资料和有关医院近几年的急性脑梗死病例,分析了气象因素对脑血管病发病及预后的影响,发现冬春之季发病最高,秋季发病最低;低龄者(<60岁人群)星期一发病最高,星期五发病最低;冬季日平均气温在-3.1~0.9℃之间时初发急性脑梗死发病增加,冬

季气温下降2.3℃以上、夏季气温升高2.1℃及以上时初发急性脑梗死发病增加。急性脑梗死患者转归有季节性差异,夏季转归较好,冬季转归不良,气温、气压变化对年龄≥65岁的急性脑梗死患者转归不良影响显著。

据分析,60岁以下人群星期一为发病高峰,可能与中青年人群周末生活方式有关,如参加聚会、饮酒、劳累等,未经充分休息调整,星期一人们开始上班工作,面对工作产生较大的心理压力,或因工作而更多的暴露于寒冷或高热环境中,所以这部分人群更应注意保证健康的生活方式及工作压力度的良好调节;而60岁以上的老年人在寒冷的冬季,以及冬季气温骤降、夏季气温骤升时更容易发病及转归不良,所以老年人应重视和了解天气情况,及时收听天气预报,根据天气情况采取相应的保护措施,寒冷天气尤其应注意保暖。

中年人不应忽视脑卒中风险

脑卒中一向被人们视为老年人才会患的病,但是随着现代生活方式的改变,人们的工作压力不断增加,各种慢性疾病越来越年轻化,中年人患脑卒中也越来越多。国家卫计委根据近年在全国范围的流行病学调查研究估算,我国存活的脑卒中患者在1000万以上,首次发生脑卒中的患者中,65岁以下患者占到将近一半,中青年的脑卒中防控形势十分严峻。

中年人作为社会的中坚力量,承担了社会、家庭的重担,因此,更应该关注自己的身体健康,提高脑卒中防控意识。中年人应该从生活方式开始预防脑卒中、控制卒中出现的各种危险因素。尤其是要识别的一些前兆症状,如说话含糊不清或一侧肢体麻木等,不要认为自己平时身体健康就认为脑卒中离自己很远,不了解中风的征兆,从而失去了最佳的诊疗时机。

要预防中年人发生脑卒中,主要是要控制“三高”。随着高血压、高血脂、高血糖等病症向年轻群体的侵袭,饮食不健康、运动不积极等不良的生活习惯在年轻群体中的普遍

女性脑卒中发病呈增长态势

根据天津医科大学第二医院神经内科近10年登记的5000余例住院脑卒中患者数据库显示,脑卒中患者年龄从30岁到101岁,其中60岁以下占22.7%;脑卒中患者男性比例高于女性,男女约为1.7:1,60岁以下男女比例为3.4:1。

普遍认为,脑卒中男性发病率要比女性高,但天津医科大学第二医院神经内科患者登记的脑卒中数据库显示,近年来脑卒中患者中女性所占比例呈上升趋势,这是为什么呢?专家分析认为,由于女性特殊的生理结构,除共有的脑卒中危险因素外,女性特有的脑卒中危险因素包括妊娠、口服避孕药、激素替代治疗等。相对于男性,对女性

化,年轻人群脑卒中的风险大大增加,控制危险因素势在必行。高血压、高血脂、糖尿病、房颤等疾病,吸烟、酗酒、运动量过少等不良的生活方式都是造成脑卒中的危险因素。因此,预防脑卒中,首先应该控制高血压,已有高血压患者血压应维持在140/90mmHg以下,有糖尿病、高血脂的患者,血压应低于130/80mmHg;其次,控制高血糖,通过饮食控制、体育锻炼和合理用药,将血糖控制在较低水平,尽量减少对于血管的损伤;控制高血脂,最主要的就是要将低密度脂蛋白水平降到100mg/dL以下,有冠心病、糖尿病的患者应将低密度脂蛋白控制在80mg/dL以下。预防脑卒中还要注意重视定期体检,通过颈部血管彩超等检查来评估血管情况,有血管狭窄的患者应由专业医生进行评估,并在专业医生的指导下进行内科药物治疗或者手术干预治疗;对于曾患脑卒中的患者,如无禁忌应积极口服抗血小板药物进行长期二级预防;有房颤的患者需由专业医生评估后权衡利弊进行抗凝治疗。在生活方式上,应立即戒烟,并避免被动吸烟;控制体重,避免肥胖。

有更大影响的脑卒中危险因素有先兆偏头痛、高血压和房颤等。此外,更年期以后,女性体内的雌性激素水平下降,导致脂质谱代谢紊乱及肥胖。女性绝经后是高血压的高发时期,这个时候应该加强自身的血压管理。

需要特别强调的是,女性在服用避孕药前应进行高血压筛查,劝导有先兆头痛的患者戒烟,以避免脑卒中风险增加,75岁以上的女性应进行房颤筛查。女性在孕期和更年期,都应该控制饮食、适当运动,以减少高血压、糖尿病、高血脂、肥胖、吸烟等危险因素,定期体检,降低脑卒中风险。

身体重新恢复免疫功能。

NK细胞免疫治疗可以与手术、化疗、放疗等传统治疗联合使用,进一步清除常规疗法无法杀灭的残留肿瘤细胞,提高身体免疫力,加快身体机能恢复。对于早期肿瘤患者,NK细胞免疫治疗可以作为手术治疗的有效辅助方法,巩固治疗效果;对于中晚期的肿瘤患者,自体细胞免疫治疗也能与传统放、化疗有机结合,成为肿瘤综合治疗的一部分,以增强肿瘤患者机体的免疫功能,并提高生活质量和延长生存期。该技术一般分为四个环节:治疗申请、血样采集、生产质检、回输随访。

马炬明举了一个例子。“家住上海的63岁患者黄某,3年前确诊为肺部恶性肿瘤,采用NK细胞免疫治疗后,不仅癌变部位没有转移,淋巴结也在逐渐缩小,血肿瘤标志物明显下降,病情得到显著控制。每次治疗时都从上海自驾赶到杭州,生活质量好,利用NK细胞技术治疗恶性肿瘤实现了带瘤生存。”

马炬明还回答了有关问题,如哪些癌症患者适合做NK细胞免疫治疗? 1.各种实体肿瘤患者和除淋巴瘤外的白血病者;2.无法进行放、化疗的肿瘤患者;3.常规治疗后需要提高身体免疫力的肿瘤患者;4.经过手术、放化疗的患者,通过细胞免疫治疗,防止肿瘤的复发和转移。

哪些患者不适合做免疫细胞治疗? 1.正在使

用免疫抑制剂,或者器官移植后长期使用免疫抑制剂的患者;2.严重心脑血管疾病,严重危及生命的高血压和糖尿病患者,严重的肾功能衰竭者;3.自身免疫性疾病和获得性免疫性疾病患者,如艾滋病患者等;4.T淋巴细胞和NK细胞瘤患者;5.严重过敏体质的患者;6.严重感染未控制的患者。

记者在117医院再生医学中心副主任陈霖的带领下实地参观了实验楼、层流病房等多处重点部位,中心所展示的先进技术、高端设备,包括酶标仪、细胞培养箱、无菌监测仪等设备。

中国人民解放军117医院再生医学中心于2015年竣工,并于同年8月份对外开放。中心聘请了浙江省转化医学学会肿瘤生物治疗领域专家作为顾问团,配置了符合国家GMP标准的洁净区作为细胞培养实验室,具备无菌级别的层流病房(床位4张)、洁净病房(床位26张)和精干的医护团队。中心引进了NK细胞大规模定向扩增的技术方法,具有国家发明专利资质(201110075736.1),可以制备出满足免疫治疗的临床用量,治疗各种恶性肿瘤,尤其是对防止肿瘤的复发和转移有重要的作用。中心可针对不同的肿瘤患者制定个性化免疫治疗综合方案,自成立以来,收治了肺癌、肝癌、结直肠癌、肾癌等多种癌症患者,收到了显著的疗效。

本报记者 金乐平 通讯员 刘 淇

医讯

“健康绍兴”App 上线

前些天,家住绍兴市柯桥区安昌镇的杨小姐通过“健康绍兴”App,帮老妈预约了绍兴第二医院心内科的专家号,整个过程才花了短短几分钟的时间,非常便利。

自2009年启动国家卫生数字化示范区项目建设以来,柯桥区已陆续投入2000多万元。到2014年,柯桥区的4家区级大医院、16家镇级卫生院、299家服务站(村卫生室)和绍兴市健康服务网联网,市民通过自家网络或就近的村级医疗机构,就能享受区级甚至市级大医院的自助挂号服务。

“‘健康绍兴’是真正的‘互联网+’思维产品,属于‘智慧医疗’惠民。”据柯桥区卫计局卫生信息中心负责人朱国锋介绍,市民只要下载“健康绍兴”App,实名注册登录后,即可实现手机预约挂号、报告单查询、智能导诊等服务。

目前,“健康绍兴”推出专家分时段预约服务,绍兴34家二甲以上医院的2000余名专家和所有普通门诊号均可预约。就诊结束,患者无需在医院等候化验报告,可以直接在手机上查阅化验单,就诊效率大大提高。

此外,包括绍兴第二医院、绍兴市中心医院、绍兴第三医院、柯桥区中医院、齐贤医院5家医院也全部上线。

该App特殊之处在于,对于不知道挂哪个科室的患者,“健康绍兴”推出智能导诊服务,系统模拟医生问诊,通过患者“哪里不舒服点哪里”,可推断出患者可能的疾病并给出科室就诊建议信息。换句话说,即使不预约看病,也可以通过智能导诊作出简单自我诊断,更好地了解自己健康状况。

朱国锋透露,伴随着柯桥区“健康城”建设的继续深入推进,今年柯桥区还将利用信息化推出更多“智慧医疗”便民措施。

钟伟 叶红

新知

为什么会出现既视感?

你曾经到一个地方或看到一幅景象,觉得好像有来过、看过,却怎样都想不起来吗?其实,这就是所谓的既视感。

既视感的法文叫作Déjà vu,原意就是“已经看过”。根据美国的研究调查,约有2/3的人曾经出现这样的感觉。既视感的真正成因,目前没有人知道,不过我们一起来看看可能的相关理论。

记忆被错误或部分唤起

有一个热门的理论认为:当我们的记忆被“错误的唤起”或“部分的唤起”时,就可能出现熟悉的感觉,却不会有完整的回忆内容,这种感觉就是既视感。

比方说,眼前的景象可能“不完整的”勾起我们几时的记忆,但是由于几时的记忆太过久远,导致回忆的过程无法顺利完成,所以我们没有唤起记忆内容,而只产生熟悉感。

最近有一项虚拟实境的实验结果,为这个理论提供了一些证据。

科学家比较了受试者在观看以下两种景象时的反应:一种是全新的景象,另一种是类似他们之前看过却记不得的景象。结果发现,他们在观看后者时,的确比较容易产生既视感。

脑区之间密切联系引起

那么既视感出现的时候,大脑中起了什么反应呢?有一个理论认为,既视感出现时,与记忆有关的鼻叶与海马回,以及与情绪有关的杏仁核,这几个脑区之间可能会出现紧密的联系。

最近一项有关癫痫病人的研究,为上述理论提供了一些证据。科学家在透过电流直接刺激病人的大脑后,发现有些病人在某些特殊情况下,会被诱发出既视感。

哪一种情况会诱发既视感呢?就是当鼻叶、海马回与杏仁核的活动较为同步的时候。

这项发现显示,既视感的神经基础,可能就与这几个脑区之间的紧密交互作用有关。

癫痫为什么有助研究大脑?

癫痫病人是因为神经病变而导致大脑不正常放电。治疗癫痫的其中一个方式,就是通过手术切除不正常放电的脑区。

为了精确地找出脑中不正常放电的起始点,医生通常会在病人的大脑表面或内部放入电极,以监测大脑不正常放电的位置。

有时候,医生也会透过这些电极来刺激大脑,看能不能找到可以诱发癫痫的脑区。这种直接以电流刺激大脑的方式,提供了许多研究大脑运作的绝佳实验机会。

雷辉志

放飞风筝好时节



近来,浙江各地温度继续攀升,位于临安的浙江农林大学师生和附近市民,纷纷走到户外,放风筝、晒太阳,享受春日阳光。

陈胜伟

专访

“癌症其实是个慢性病”——访解放军117医院再生医学中心主任马炬明

“癌症其实是个慢性病,只要措施得当,加上应用生物免疫治疗新技术,患者完全可以带瘤生存很多年。而现在大多数人是被吓死的,精神过于紧张甚至恐慌,导致身体急剧奔溃。同时,作为施救的医院方,应当尽可能少用或者不用大的手术和化疗,让前来就医者从外貌和内心感受都不像个病人。”

近日,记者来到位于杭州市灵隐路上的解放军117医院,听该院前院长、现再生医学中心主任、主任医师马炬明介绍,人们眼里肿瘤的高发病率、高死亡率以及术后易出现复发和转移是极其可怕的,因此需要找寻一种新的治疗手段来解决肿瘤治疗中出现的问题。生物免疫治疗作为一种新的治疗手段已经成为了继手术、放疗、化疗之后的第四大肿瘤治疗手段,具有显著的治疗效果。NK细胞免疫治疗作为生物免疫治疗里的佼佼者,具有有效性、安全性、反应快三大特点,是目前生物免疫治疗领域里常见的治疗方法,适用性广,疗效显著。

据介绍,自然杀伤细胞(Natural Killer Cell,NK细胞)是人体免疫系统的核心部分,NK细胞一旦遇到肿瘤细胞就会把它们杀死,同时也会刺激身体产生抗肿瘤的免疫反应,所以被医学界称为“抗癌的第一道防线”。NK细胞具有抗病毒的免疫反应,还能恢复身体的损伤,帮助重建免疫系统,让