

流感疫苗有助抑制心脏病发作和卒中

欧美心脏病学术组织建议,将其作为心血管疾病的二级预防

日前,在法国巴黎举行的世界心脏病学大会上,发布了一项针对60余万人次、历时9年的最新研究,该研究发现,流感疫苗有助于抑制高血压患者的心脏病发作和卒中。

由丹麦哥本哈根大学教授丹尼尔·莫丁(Daniel Mo-din)和团队成员共同完成的这项研究,在考虑了如年龄、医疗条件、药物和社会经济状况等各种混杂因素后得出的结果显示:流感季接种流感疫苗的心血管病患者,相对死亡风险降低16%,心脏病发作死亡的相对风险降低10%。

流感季节来临,上述研究一经公布,不少人表示这真是心脏病人的福音。但欣喜之余,也不免产生很多疑问,流感疫苗怎么会降低心脏病的发病风险,其作用机理是什么,这种说法到底靠不靠谱?

流感会改变心血管健康状况

研究人员还解释了流感和心血管之间的联系,称流感期间的免疫反应和随后的炎症,可能会改变一个人的心血管健康状况。

此前,有研究表明,心脑血管疾病的罪魁祸首是动脉粥样硬化。虽然动脉粥样硬化进展缓慢,但最终可能会发展为稳定或不稳定性动脉粥样硬化斑块。“而心脏病和卒中就是由导致心脏或大脑动脉中的动脉粥样硬化斑块破裂引起的。破裂后,血凝块形成并切断血液供应。”莫丁介绍,而流行性感冒引发的炎症反应可能是导致心脏病发作的重要病理机制。炎症反应是机体为了抵抗细菌和病毒入侵所开启的一种防御机制,正常情况下,炎症反应只针对外来入侵的病原体,而不会损伤自身的细胞和组织,但是由流感引起的高水平急性炎症会降低斑块的稳定性,使其更容易破裂。

“确实有大量研究证实流感疫苗可以阻止流感季节心脏病的死亡发生,因此流感疫苗被一些学者形象地称为‘心脏疫苗’。”首都医科大学附属康复医院心脏康复中心主任王立中说。

王立中介绍,其原因在于流感季节病毒会大肆攻击心脏病患者。每一年的流感季节往往是心脏病人死亡和住院的高峰期,据统计,10个流感住院患者中就有4个患有心脏病。为什么心脏病患者更难抵抗流感病毒攻击?首先,流感病毒会引发身体的炎症,心血管系统的炎症则会使心脏病恶化,同时肺部的炎症会导致组织肿胀,这会降低体内氧气的水平和增加心脏的压力。如果影响到心肌,将会触发或加剧心脏衰竭。

其次,心脏病病人患流感后往往病情较重需住院治疗,因为患有心脏病等慢性疾病的患者一般年老、虚弱,与流感病毒抗争会削弱他们的身体储备,导致身体应付不了疾病。既然不可能完全避免流感病毒的侵袭,那最好的选择便是用流感疫苗来保护自己。

“总之,接种流感疫苗能减少心血管疾病患者发生流感并发症的危险,并降低住院率及死亡率。”王立中说,流感疫苗对心血管的保护分两种:直接作用,接种流感疫苗后机体内产生的抗体可直接作用于氧化低密度脂蛋白,阻止泡沫细胞以及降低斑块的形成,降低缺血性心脏病、脑卒中发生风险;间接作用,降低肺炎的发生率,从而降低缺血性心脏病、脑卒中的危险因素,进而降低其发生率。

接种好处可能远远超过预期

尽管接种流感疫苗的好处可能远远超过预期,但据莫丁研究团队统计,在9个流感季节中,疫苗覆盖率从26%到36%不等,这意味着许多高血压患者并没有接种过流感疫苗。因此,研究人员建议:“所有高血压患者都应接种流感疫苗。”

对此,王立中表示,目前各国还未将该建议写入高血压的健康管理指南,但已经认识到流感疫苗对心血管

疾病患者的重要性。美国心脏病学会和美国心脏协会(AHA)的冠心病二级预防指南中,不仅增加了灭活流感疫苗的推荐,还公布了一项科学建议,即“流感疫苗作为心血管疾病的二级预防”。欧洲心脏病学会对欧洲的冠心病患者也有相似的推荐,各国对于流感疫苗的推荐热情不亚于强调对胆固醇、血压和其他危险因子的控制。

事实上,不只是以上疾病,王立中介绍,除了预防流感,在流感季节,流感疫苗还可用于冠状动脉粥样硬化性心脏病患者,接种流感疫苗可以降低心肌梗死患者和血管成形术患者流感流行季心血管疾病死亡和缺血事件的发生,有实验证实,在冠脉病变的急性阶段和计划行血管成形术时预防使用流感疫苗的有效性;流感疫苗也可用于心力衰竭患者,这些患者得流感后容易继发细菌感染。另外,细胞因子对心肌有负性激励作用,会加重潜在的心肺疾患,每年预防性接种流感疫苗已写入慢性心力衰竭的治疗指南。

“老年人的心力衰竭是可以预防的,心血管疾病的预防措施应该更为广泛地运用于老年人(包括75岁以上的人群),这有助于改善老年人的健康状态,提高这一人群的生活质量。”王立中强调,还有研究证实,流感疫苗也能明显降低慢性肝脏病、卒中、Ⅱ型糖尿病以及恶性肿瘤患者的死亡率。

由于流感并发症有肺炎、支气管炎、心肌炎、心包炎等,老年人等高危人群可因流感引起严重并发症甚至死亡。因此,王立中认为,一些特殊人群,包括患流感后发生并发症风险较高的人群以及有较大机会将流感病毒传染给高危人群的人员,如6~59月龄儿童、年满50周岁者、医疗卫生保健人员等,都应该接种流感疫苗,降低感染风险。

90后小伙为香港同胞捐献造血干细胞

10月22日,浙江省第510例、全国第9032例造血干细胞捐献采集在浙江省中医院进行。

本次捐献者是一位在杭州工作、定居的原籍安徽的26岁男子毕昌林,他将为香港一位白血病患者捐献造血干细胞。

2014年5月,在第二次志愿献血后,毕昌林登记加入中国造血干细胞捐献者资料库(中华骨髓库)。经过5年的等待,他与这位香港患者高度匹配成功。

浙江省中医院血液科主任沈建平介绍,陌生人之间造血干细胞配型的成功概率只有十几万分之一,造血干细胞移植是目前国内外治疗白血病、再生障碍性贫血等血液疾病安全有效的医疗手段。为达到捐献要求,毕昌林告别习惯性熬夜,戒掉最爱的辛辣食物,坚持每天锻炼,终于在2019年8月通过体检复查,确定捐献时间。

于伟

闻闻桂花 姑娘白皙的脸成“赤豆粽”

预防过敏性皮炎最根本的是避免接触可能的过敏原

眼下正是一年之中最好时节,走在杭州的大街小巷,尤其是风景区处处能闻到沁人心脾的桂花香,然而有的人却无缘这些人间美“味”,甚至因此进了医院。20多岁的王姑娘就是其中之一,对她而言,丹桂飘香的秋天可谓是被“诅咒”的季节。

“没忍住,闻香又成‘大花脸’”

“没忍住,这不脸和身上又多处冒出红斑,特别痒!”日前,“满脸通红”的王姑娘进入浙江省人民医院皮肤科主任医师陶小华的专家门诊,就诊期间手还不时挠着脸。怎么回事?陶小华边检查边详细询问来龙去脉。

来杭没几年的王姑娘,非常喜欢也很快融入了这座美丽的城市,但到了秋天她觉得自己与他人还真是有点“不一样”。去年,也是在丹桂飘香的秋天,王姑娘与同伴一起赏桂望月,结果脸部和躯干起了多处红斑、丘疹,还伴有明显的瘙痒,去了医院服了药,才除去明显不适,恢复尊严。

“前几天,好久没碰面好友相约一起相聚赏桂,一高兴忘乎所以,没做什么防护就欣然而去,结果重蹈覆辙。”王姑娘比划着,一脸沮丧。

陶小华还了解到,王姑娘近两年入秋时全身和面部皮疹就反复发作,经常还伴有过敏性鼻炎。之前,她在医院查过过敏原,发现对花草树木类过敏,结合病史考虑,桂花就是王姑娘“花容失色”的罪魁祸首。

陶小华表示,王姑娘是比较典型的过敏性皮炎症状。过敏性皮炎是一类由外界环境中的变应原诱发体内的超敏反应,表现为瘙痒、红斑、丘疹等一系列症状的疾病。花草树木过敏是临床上常见的过敏,由于花草树木过敏大多通过吸入变应原,除了皮肤的表现,有的人还会伴有过敏性鼻炎及支气管哮喘。过敏性皮炎的过敏原是因人而异的,有人一闻到玫瑰花就“窒息”,有人一站桑树下就打喷嚏、哮喘,而闻桂过敏属小众,在门诊中较少见(有研究表明,桂花的花粉并不导致过敏,但浓郁的香气会引起一些过敏性体质的患者出现过敏反应)。

陶小华针对王姑娘的症状,开了相应的抗过敏药,并嘱咐其尽量避免去桂花盛开的地方或戴口罩等做好防护。

秋季,如何防治过敏性皮炎

陶小华介绍,秋季预防过敏性皮炎最根本的办法是避免接触可能的过敏原,从源头上解决问题,如减少在室外活动时间,过敏体质者出门做好防护,戴口罩,回到家里最好能清洗脸部和鼻腔。这之前,过敏体质者最好到医院测试过敏原,以便针对性预防。医院检测过敏原的方法,包括血液检测和斑贴试验,可以检测对大部分常见的物质是否过敏。不过,过敏原检测并不是万能的,有一部分过敏性皮炎的患者仍然无法通过过敏原的检测检查到相应的过敏原。

在生活上,注意合理膳食,可以适当多吃一些水果、蔬菜等维生素C含量比较丰富的食物,对过敏性皮炎患者的恢复也有一定的帮助。在过敏性皮炎发病期间,应当尽量避免辛辣刺激等食物,注意保持居住环境清洁,开窗通风,保持合适的温度和湿度。洗浴时,不宜用太烫或者太冷的水洗漱,不适合用过分刺激的肥皂、沐浴露和洗面奶等。可以适当使用一些安全、成分简单的保湿剂,需要避免使用去角质或者是太刺激的护肤品。另外,过敏性皮炎的患者也需要尽量保持良好的心态,有时候精神状态也会影响过敏性皮炎的发病过程。

陶小华表示,治疗上,一般是让患者服用一些抗过敏的药物,比如常见的开瑞坦、仙特明等。有些过敏性皮炎经常发作的患者,可以在家里准备一盒开瑞坦备用,以备不时之需。但若出现伴有胸闷胸痛、恶心呕吐、腹痛等症状,一定要及时到医院就诊。有时候,看似不起眼的过敏也可能发展为过敏性休克,不及时处理的话后果也会很严重。

宋黎胜 徐丹枫

乱吃保健品 肠道长“豹纹”

40岁的何女士,家境殷实,为了美容养颜,每年要买不少保健品。今年初,何女士在网上看到,说女性便秘、有宿便对皮肤影响很大,想要皮肤好,就要保养肠道。她想到自己有时候三四天才排一次便,这几年脸上还出现了黄褐斑,估计是跟便秘、肠道里有宿便有关,便购买了治疗便秘、有助于排便的肠道保健品。

刚服用时,效果很好。何女士从三四天排一次便变成了一天一次,有时候更是一天几次,排便顺畅了,

体重也减轻了,何女士觉得这保健品是真有效,便长期购买服用。

服用了一段时间后,何女士觉得药效没有之前好了,并且便秘更加严重,有时候甚至一个星期才排一次便,小腹胀得实在难受。于是何女士便找到了浙大一院肛肠外科,专家一听情况,立即建议她做个肠镜检查,果不其然,何女士的肠道已经长满了“豹纹”,并且肠道颜色比正常人黑很多。

创新中国产业园·东新分园

园区概况

创新中国产业园东新分园暨智谷创新广场地处下城区善贤路4号,已规划地铁五号线,BRT快速公交换乘中心,交通便利。总面积27368平方米,共地上四层,地下一层。

园区定位

以建设创新型科技园区、大学生创业基地为重点。为产业化企业、大学生创业、初创期的小微科技企业的孵化培育、服务式小型办公室等提供多种办公创业空间。

园区配套

公共服务大厅(含总台服务、洽谈区、小型会议室、大型多功能会议室、休闲吧、咖啡吧等)、内部食堂、健身活动中心、桌球娱乐室、顶楼足球场等。提供企业注册代办(大创免费代办)及财务委托管理,免费参加区组织的创业实训及一对一团队辅导等多种服务。旨在打造服务式创新广场,企业家们的创业俱乐部。

招商热线

钟先生 18105711266 0571-56920112

创新中国产业园·集品科创分园

创新中国产业园·集品科创分园坐拥杭州中央商务区,位于商业发达的和平会展中心东300米,交通便利,距地铁口仅150米。这里是创新创业的集聚地,这里是人才荟萃区,这里是杭州政策高地! 欢迎合作,欢迎加盟,多谢关注,推介有奖。

联系人:沈先生 电话 13958026342