

“懒癌”莫轻视 甲状腺肿瘤也需早治疗

■记者 张华

甲状腺癌是比较常见的肿瘤,目前有逐年增多的趋势。多数人都认为,甲状腺癌是一个相对“良性”的肿瘤,治不治没有什么大问题,因此,在民众的普遍认识中,甲状腺癌也被称为“懒癌”。事实真是如此吗?西安市中医医院老年病科副主任张立表示,甲状腺癌按病理分型可分为分化型甲状腺癌和未分化甲状腺癌,“懒癌”多半指的是分化型甲状腺癌,占甲状腺癌的90%以上,恶性程度相对较低。而未分化甲状腺癌进展非常快,平均生存期不到六个月。因此,一旦患了甲状腺癌,一定要到正规医院就诊,明确病理分型,以便进行下一步诊治。

据张立介绍,甲状腺癌的发病原因最常见的与X线照射有关,经常暴露于X射线下的人等到成年以后更容易得甲状腺癌。其次,碘盐摄入不平衡,也会刺激甲状腺过度增长。病毒感染、甲状腺促激素水平过高、家族遗传也是甲状腺癌产生的一个重要因素。甲状腺癌的发病率占全身恶性肿瘤的1.5%,多发于青壮年,患者平均年龄约四十岁,女性比男性更多一些。

在临床上,甲状腺癌早期可能没有任何症状,甲状腺癌晚期时,患者的甲状腺已经非常大了,会压迫到喉返神经、气道、食道,出现声音嘶哑、吞咽困难、呼吸困难等症状。在治疗

上,绝大部分甲状腺癌患者都需要手术来进行治疗。对于大家目前比较关注的甲状腺囊肿、甲状腺结节等则不需要手术,通过中医药治疗进行辨证施治,会取得很好的疗效。

张立提醒,日常生活中大家应有意识地避免X线以及其他射线的照射;保持情绪稳定;在饮食上摄入正常的碘化食盐,避免食用油腻、辛辣的食物;避免服用雌激素;保持合理的体重、充足的睡眠等,可有效预防甲状腺癌。如果一旦确诊,患者也不要过于悲观,应积极进行治疗,遵医嘱服药,规律生活,定期复诊,可有效控制疾病的进展。

遇到特殊时期 风湿病如何复查

阳光讯(记者 郑亚雷)对于风湿病患者来说,及时进行治疗与复查至关重要,那么,诸如疫情防控期间等特殊时期,如何进行有效治疗与康复?西安市第五医院风湿免疫科一病区医生叶冰玉表示,风湿患者的治疗与复查时间根据病情而有所不同,特殊时期复查,一定要带齐既往病历资料,并按时间顺序依次排好,以便于医生进行快速、有针对性的检查。此外,风湿免疫性疾病复诊时常常需要复查血常规、肝肾功等项目,因此就诊时空腹前往。

对于类风湿关节炎初始治疗的患者,应每月复查1次,对治疗已达标者,可每3-6个月复查1次;系统性红斑狼疮患者初始治疗后两周进行第一次复查,病情活动期一个月复查一次,病情稳定期3-6个月复查一次;皮炎患者在加用糖皮质激素及免疫抑制剂后,应每个月复查血常规、肾功能,每3-6个月复查血清学指标,合并间质性肺炎者应每6-12个月复查肺功能及胸部CT。

西安市中心医院专家呼吁： 积极参与地中海贫血筛查 安心孕育健康宝宝

■记者 郑亚雷

近日,西安市中心医院妇产科医生胡静表示,广大孕妈应积极参与地中海贫血筛查,方可安心孕育健康宝宝。

据胡静介绍,地中海贫血是指由珠蛋白基因缺陷(突变、缺失)导致的一种或多种珠蛋白肽链合成障碍引起的遗传性溶血性贫血。地中海贫血基因携带者非孕期会呈现不同程度的贫血,妊娠不仅会加重贫血程度,还会导致相应并发症的风险增加;若夫妻双方均为同型地中海贫血基因携带者,生育重型地中海贫

血患儿的风险会增加。开展育龄夫妇地中海贫血基因的规范筛查并对携带者进行规范管理,是控制重型地中海贫血患儿出生和改善母儿结局的重要措施。

在临床上,地中海贫血根据严重程度,可以分为静止型或轻型地中海贫血、中间型地中海贫血和重型地中海贫血。静止型或轻型地中海贫血没有明显症状或症状轻微,但可能会将异常基因遗传给下一代;中间型地中海贫血患儿在出生后会逐渐出现不同

程度的贫血、疲乏无力、肝脾肿大等,在感冒发热或服用一些药物后会诱发急性溶血,严重时危及生命;重型地中海贫血胎儿期即可出现严重水肿、胸腔与腹腔积液等,基本不能存活至出生。

胡静表示,目前地中海贫血尚无药物和成熟的基因治疗方法。在地中海贫血高发地区开展婚前孕前以及产前地中海贫血筛查、诊断和干预,防止重型地中海贫血儿的出生,是防控地中海贫血的最有效措施。

西安大兴医院脊柱外科 获评陕西省PSP临床中心

阳光讯(记者 郑亚雷)近日,西安大兴医院成功为一例腰椎骨患者实施骨科新技术,助患者实现当天“自由活动”。据记者了解,这样的治疗效果源于该院脊柱外科的一项新技术:椎体支架成形术。使用该技术可在治疗椎体压缩性骨折时做到极致微创,快速康复。目前,大兴医院脊柱外科已完成此类手术50余台,并获评陕西省唯一PSP经皮微创椎体成形支架系统临床中心。

据记者了解,经皮网状支撑物成形术简称PSP。该技术仅需一个穿刺切口放置入路器械,即可将支架经皮植入椎体,恢复骨折椎体丢失的高度,在塌陷的椎体内部扩张支架能有效恢复椎体高度并加以保持。该技术可规避PKP术球囊取出后椎体高度再丢失;有效恢复椎体高度,远期椎体高度维持良好;低压注入骨水泥,减少渗漏风险;可改善侧凸成角,从而缓解因侧凸引起的腰背疼痛。

中国精准营养与健康KAP真实世界研究项目启动

安利加码个性化营养

阳光讯(记者 郑亚雷 通讯员 张宇文/图)5月8日,中国精准营养与健康KAP真实世界研究项目启动仪式以线上形式举行。此次活动由中国营养保健食品协会、北京世纪坛医院、深圳市长卿医学研究院联合举办,中国营养保健食品协会会长边振甲,北京世纪坛医院教授、中国营养保健食品协会副会长石汉平,中国农业大学营养与健康研究院教授、中国营养保健食品协会精准营养专业委员会执行主任委员徐希平,北京大学第一医院心血管疾病研究所所长、心血管内科主任李建平,安利公司技术法规总经理彭先武等健康行业专家学者、企业代表出席。

据项目首席科学家暨项目负责人石汉平教授介绍,开展“中国精准营养与健康KAP真实世界研究”,将以解决我国营养不良负担重、营养不平衡比例递增等国家重大需求为目标,建立

以中国慢性疾病人群为主体的营养素和膳食摄入大数据库,发现适合中国不同特征人群的营养素摄取和最佳膳食模式,实施营养精准管理,促进受试者主动形成健康KAP(Knowledge知,Attitude信,Practice行),加快精准营养等相关领域研究。

中国营养保健食品协会会长边振甲表示,本次研究将基于大规模人群膳食和营养数据信息的采集和分析,建立起以科学评估和营养干预为基础、科技进步为支撑的全面动态的营养解决方案,对于全民预防疾病和保持健康至关重要。

安利公司技术法规总经理彭先武表示,精准和个性化营养,是指依据人群不同特征(性别、年龄、民族等)、特殊人群(孕妇、儿童和老人等)的遗传基因、代谢表型和膳食习惯,为其提供最优化的营养组合,达到预防和控制慢性性疾病的作用。安利的定位,是成为全



面健康的推动者,安利将积极与项目团队分享自身科研成果和技术力量,做好支持和成果转化工作。

据悉,从标准化产品逐步迭代创新,近年来,安利不仅为消费者提供个性化的绿色营养解决方案,还通过“营养中国行”等公益活动,进行营养科普,提升公众健康认知;同时,安利联合中国营养学会,已培养两万多名经营营养学会认证的“营养健康顾问”,他们打造的线上线下融合的健康生活社群,与消费者共同学习、彼此鼓励,推动公众的全面健康。○◎

西安市儿童医院 举办世界哮喘日活动

阳光讯(记者 张华)5月3日是世界哮喘日,今年的主题是“消除差距,实现哮喘同质管理”。西安市儿童医院呼吸哮喘中心5月5日举办了内容丰富的世界哮喘日活动。

该医院副主任医师王宁向各位家长介绍哮喘的相关知识,进行了“知己知彼,哮喘可治可控”专题讲座,副主任医师石晓岚讲解了“儿童过敏性疾病”的诊治及过敏体质儿童日常生活的注意事项,主管护师曾振英结合教具生动地讲解了“哮喘吸入药物的使用方法”,并进行现场指导。

本次活动特别邀请了基层医生共同参与,通过讲座及互动提问的方式,加深了基层医生对儿童哮喘的认识,为当地哮喘患儿能得到更优质的医疗服务提供了帮助。王宁提醒,当孩子出现皮疹、打喷嚏、流鼻涕、咳嗽伴有气喘,并且反复发作等症状时,需高度警惕过敏性哮喘或支气管哮喘,家长需及时带孩子前往哮喘专科门诊就诊,进行过敏原、肺功能等相关检查。