

健康提示

19岁男孩确诊阿尔兹海默病引发关注,期待预防及治疗药物早日面世——

阿尔兹海默:

老年病“年轻化”,健康生活方式是解药

近些年,老年病“年轻化”已成为一种趋势,阿尔兹海默病也概莫能外。国家卫健委制定的《精神障碍诊疗规范(2020年版)》指出,阿尔兹海默病可能的危险因素包括增龄、女性、低教育水平、吸烟、中年高血压与肥胖、听力损害、脑外伤、缺乏锻炼、社交孤独、糖尿病及抑郁障碍等。这些危险因素中的很多种,在年轻人中都日益普遍,这种变化也会带动阿尔兹海默病呈现年轻化趋势。



最近,一名19岁男孩患上阿尔兹海默病的新闻引起人们的关注。北京宣武医院贾建平团队在《阿尔兹海默病杂志》上报到了一名19岁被临床诊断为阿尔兹海默病的病例。文章中表示,该患者是目前已知最年轻的阿尔兹海默病患者。

据论文作者之一、宣武医院神经内科主任医师贾龙飞介绍,该病例的情况非常罕见,以至于他一度不敢相信检查的结果。但医院采取了多种检测方式,包括世界权威的阿尔兹海默症检查手段——脑脊液指标检查以及PET扫描,最终医生们临床诊断该患者为阿尔兹海默病。

论文称,此前被确诊患上阿尔兹海默病的最年轻患者年龄为21岁,并携带有一种基因突变。而这名19岁的患者是目前已被报道的符合阿尔兹海默病诊断标准的最年轻病例,同时,该病例没有携带已知的和阿尔兹海默病有关的基因突变。

全世界每三秒就有人患上阿尔兹海默病,我国目前有一千万患者

统计数据表明,各国人群的平均寿命随着社会发展不断得以延长,同时与年龄相关的认知功能障碍发病人数量及比例也在不断攀升,其中发病率最高同时也最常见的就是阿尔兹海默病。世界上每3秒就会有人患上此病,预计到2030年将有8200万阿尔兹海默病患者,已经成为严重影响全球人口健康和生活质量的重大公共健康问题。

阿尔兹海默病是一种中枢神经系统变性病,是非正常的老化现象,后期会出现人的性格改变、情绪失控,甚至出现生活无法自理等状况,因此位列威胁老人健康的“四大杀手”之一。我国目前约有1000万阿尔兹海默病患者,预计到2050年患者人数将超过4000万,同时还逐渐呈现年轻化趋势。

在我国,阿尔兹海默病存在“三低”,即认知程度低、就诊率低、接受治疗比例低,同时这类患者家庭面临三大困境,包括照顾能力不足、照顾资源匮乏、治疗模式单一。

专家:该十九岁病例只是个例年轻人不必过分担心

事实上,近年来“年轻人为何会忘事”“‘青年痴呆’是否真的存在”等话题,屡屡引发社会关注和热议。“19岁男孩患上阿尔兹海默病”虽是罕见个例,却让一些年轻人开始担心自己是否存在罹患阿尔兹海默病的可能性,而且还带来疾病名称方面的思考——由于阿尔兹海默病呈现年轻化趋势,该疾病被俗称为“老年痴呆”或已不再合适。

贾龙飞表示,人们不必因为此次发现的罕见病例而过度担心。“现在发现的一些年轻患者,主要得益于技术的进步,应该说以前也存在一些年轻人患病,只是因为技术的原因没能得到确认而已。”贾龙飞强调,并不是所有类似的记忆力下降都是阿尔兹海默病。比如,有些人因为一段时间持续的劳累、生活不规律、营养没跟上、休息不好等原因,认知会下降。如果连续一周甚至更长的时间熬夜,短时间内的记忆肯定会有问题,但经过一段时间的休整就能恢复。总之,年轻人患阿尔兹海默病仍然非常罕见,而且多数数存在着基因突变。他同时建议,年轻人应注意规律生活、健康饮食以及体育锻炼,这样可防止记忆力下降,但不必过于担心自己患上阿尔兹海默病。

阿尔兹海默病目前尚无有效治疗方案

“阿尔兹海默病病因不明,无药可治。”这是多年来世界各国许多临床医生对阿尔兹海默病患者家属常说的一句话。据了解,阿尔兹海默病的致病机制仍未被阐明,药物研发基于各项致病假说,其中较为主流的三大假说有——胆碱假说、淀粉样蛋白假说和Tau蛋白假说,此外还有炎症假说、突触损伤假说、脂质代谢异常、自由基与氧化应激学说等。直至今日,针对阿尔兹海默病的治疗尚无有效方案。多年来,全球药企投入了巨大的经费进行阿尔兹海默病药物的研发,但大部分以失败告终。国内外研究团队对其发病机制及治疗方案的研究也正如火如荼地进行中。

前不久,郑州大学第一附属医院神经内科刘希副教授联合温州医科大学宋伟宏教授、国家老年疾病临床医学研究中心、首都医科大学宣武医院王喆教授、济宁医学院生命科学院吴伊丽教授,在阿尔兹海默病发病机制研究领域取得进展,研究成果论文已在《自然》子刊《信号转导与靶向治疗》上发表。该研究首次揭示了凝集素通过调控淀粉样蛋白斑块的形成从而影响阿尔兹海默病的发生、发展机制,为阿尔兹海默病的预防和治疗提供了新思路。

老年病“年轻化”趋势应引起注意

应该看到,老年病年轻化已成为一种趋势,阿尔兹海默病也概莫能外。国家卫健委制定的《精神障碍诊疗规范(2020年版)》指出,阿尔兹海默病可能的危险因素包括增龄、女性、低教育水平、吸烟、中年高血压与肥胖、听力损害、脑外伤、缺乏锻炼、社交孤独、糖尿病及抑郁障碍等。这些危险因素中的很多种,在年轻人中都日益普遍,这种变化也会带动阿尔兹海默病呈现年轻化趋势。

由此看来,此事对于年轻人是一次警示,包括阿尔兹海默病在内的老年病,到了必须趁早预防的时候。去年世界阿尔兹海默病日(9月21日)发布的一份调查报告显示,我国阿尔兹海默病的人群总知晓率超过九成,但主动就诊率仅有一成多。该病的防治存在发病率、漏诊率高和治疗成本高的“三高问题”。年轻人不仅应该多了解阿尔兹海默病相关知识,而且当发现可疑症状时要及时就诊。

强化体育锻炼,改变不良生活方式等,则更有治本作用。2019年9月,国家卫健委印发《阿尔兹海默病预防与干预核心信息》,倡导要形成健康生活方式,包括培养运动习惯和兴趣爱好,健康饮食,戒烟限酒,多学习,多用脑,多参加社交活动,保持乐观的心态,避免与社会隔离等。在降低患病风险方面,则要着重防范中年肥胖、高血压、糖尿病等。

(据《中国妇女报》)

贴心呵护

国家卫健委发布《关于进一步加强儿童临床用药管理工作的通知》 儿童用药有望减少“剂量靠猜、分药靠掰”



图片来源:IC Photo

儿童用药范围可进一步拓宽 新版医保目录新增药品涵盖22个儿童用药

日前,国家卫生健康委办公厅发布《关于进一步加强儿童临床用药管理工作的通知》(简称《通知》),鼓励开发可灵活调整剂量的新技术、新方法,加强个性化给药的标准化管理和质量控制,减少“剂量靠猜、分药靠掰”导致的分不准、不安全等问题。

“国家卫健委此次通知有望进一步规范儿童用药市场。实际上,我国儿童用药市场起步晚但增速快,行业正在不断迎来顶层设计与政策支撑,市场增长驱动力日益明确;再加上国家医保的全速推动,儿童药物市场有望迎来新一轮激增。”有行业观察人士如此表示。

记者留意到,此次《通知》明确,开展儿科医疗服务的二级以上医疗机构要在本机构药事管理与药物治疗学委员会下成立儿童用药工作组,定期对本机构药品供应目录中儿童用药进行评估和调整。遴选儿童用药(仅限于药品说明书中有明确儿童适应证和儿童用法用量的药品)时,可不受“一品两规”和药品总品种数限制,进一步拓宽儿童用药范围。综合医院、妇幼保健院的内科以及儿童专科医院的小儿呼吸、小儿消化、新生儿、儿童重症等科室,鼓励安排1名经过培训的药师或临床药师驻科,与本科室的医护团队共同提供药物治疗服务。

此次一并提出的还有六方面要求,包括加强儿童用药遴选和配备管理,强化儿童用药临床合理使用,加强药师配备并提供儿科药学服务,做好儿童用药处方调剂和专项点评,开展儿童用药临床监测以及加强儿童用药指导和健康宣教等。

“儿童用药是指14岁以下未成年人使用的专用药品,其对于药品剂型、安全性和口味等方面都有较为明确的需求,常见种类包括退烧药物、感冒药、祛痰止咳药、抗菌药物、助消化药等。”一位业内人士告诉记者,尽管我国儿童患者总量不少,但与成人药相比,儿童药的投入产出比却不高,多数儿童药物是制药企业在生产成人药物之余,附带少量生产出来的。“儿童药生产往往具备小批量、多批次、工艺相对复杂、生产成本较高、新药研发周期较长、利润较低等特点,很多企业生产积极性不大,相关药物研究基础也较为薄弱。”他表示。

“目前全球儿童用药市场主要集中在感冒类、止咳化痰类和镇痛解热类等方面,我国儿童用药近年来丰富了不少,但剂型、种类依然偏少。”该业内人士表示,我国的儿童用药主要以颗粒剂、片剂、口服溶液为主,吸入剂、咀嚼剂、贴剂等更适合儿童用的剂型较为缺乏。

好消息是,儿童用药这一昔日“冷灶”正在逐渐烧旺中。新版国家医保药品目录将于2023年3月1日起正式实施,据悉,调整后的国家医保药品目录内药品总数达2967种,新增药品涵盖22个儿童用药等。此外,目前相关部门正在加紧开展对儿童药物注册申请的加快审评,不少药物正处在申报过程中。(据《广州日报》)

健康饮食

白萝卜赛人参 手脚冰凉活动气喘腹胀腹泻不适合生吃

“冬吃萝卜夏吃姜,不劳医生开药方”是很多人耳熟能详的一句俗语,白萝卜也是一些保健达人推崇的“小人参”。天津中医一附院推拿科医生匡尧表示,中医认为白萝卜味辛、甘,性平,归脾、胃、肺、大肠经。具有消食通便、下气化痰、止咳利尿之功。生白萝卜性辛、甘、凉,具有润肺化痰、祛风透热的作用。熟白萝卜性甘温,具有下气和通、通肠化积的作用。需要注意的是,平时手脚冰凉的阳虚体质的人群、稍微活动即气喘吁吁的气虚体质人群、稍微吃凉点的就会腹胀或者腹泻的脾胃虚寒的人群,均不适合食用生白萝卜。匡尧介绍了几种白萝卜的食用方法。

蜂蜜萝卜汁 取新鲜白萝卜榨汁,加入蜂蜜,煮熟后食用。具有消食除胀的作用,适合腹胀满、食欲减退的人。

白萝卜雪梨汁 取白萝卜与雪梨,去皮,切小块,加入适量水,榨汁食用。具有生津止渴、化痰止咳的作用,适用于口干咽痛、肺燥咳嗽。

白萝卜米粥 取鲜萝卜250克切成小块,或捣成萝卜汁,与粳米100克同煮粥,加少量食盐调味食用。每日1次。白萝卜米粥性温,具有消食除胀、化痰理气的作用,适用于咳嗽痰多、食积饱胀的人群。

(据《天津日报》)

健康服务

正视放疗 走出误区

●本报记者 梁婧婧 实习记者 若谷

2月1日,北京大学肿瘤医院内蒙古医院迎来北京大学肿瘤医院首批16位常驻专家,涵盖消化肿瘤内科、淋巴瘤肿瘤内科、乳腺肿瘤内科、头颈外科、胃肠肿瘤外科、泌尿肿瘤外科、放疗科、病理科、医学影像科、超声科、检验科、药剂科等肿瘤多学科体系,专家们将长期在该院开展门诊、手术、查房、教学、学术交流、管理等工作。同时,还将利用远程会诊、专家线上阅片等方式,运用互联网思维和新的技术手段,为患者提供远程诊疗服务。

近日,北京大学肿瘤医院内蒙古医院放疗中心学术主任朱向高在接受记者采访时表示,现代的精准放疗手段可以根据治疗需要贯穿于恶性肿瘤治疗的全过程,作为肿瘤多学科协作的治疗手段之一,放疗的作用不可取代。

谈到目前一些肿瘤患者因恐惧放疗的副作用而对放疗望而却步,甚至认为放疗会致癌,加速死亡,朱向高说:“这实际上是一种认识上的误区。所有癌症的治疗都会有副作用,但是合理地应用放疗,其副作用恰恰比手术、化疗的副作用相对

要小。放疗仅仅是局部治疗,用射线把‘无形的刀’将肿瘤‘切’掉,并且没有切口,器官损伤相对小,更不会加速病人死亡。希望更多的医生规范使用放疗这种非常有效的手段,让更多的病人获得更好的疗效,这样才能让大家改变对放疗的错误认识。”

实际上,人们印象中精度不高、副反应大的放疗指的是过去的常规放疗。而目前的放疗在精准的模拟定位下,在分子层面上深入分析肿瘤,按肿瘤的立体形态直接射杀,减少正常组织受损。实践证明,现在的放疗疗效比过去的传统放疗好得多,并降低了副作用。

放疗治疗,简称放疗,是通过治疗机或加速器产生X射线或其它粒子束,利用高能、穿透力强的射线,对肿瘤组织进行照射,射线可以破坏肿瘤细胞核中的DNA,使肿瘤细胞失去增殖能力,从而达到杀死肿瘤细胞、控制肿瘤细胞生长和增殖的一种治疗手段。同时放疗也是肿瘤治疗中应用广泛、疗效确切的一种局部治疗手段,不仅如此,放疗也可治疗一些良性病变,比如瘢痕疙瘩术后,垂

体瘤、异位骨化等。

朱向高介绍,对于一些恶性肿瘤如鼻咽癌、宫颈癌、早期恶性淋巴瘤等,单独放疗或者放疗联合化疗就可以彻底治愈肿瘤,是这几种恶性肿瘤最主要的治疗手段。因为放疗的局部疗效好,越来越多的肿瘤治疗指南推荐病人应用术前放疗,这样可以更好地保存肿瘤病人的器官和功能。

朱向高说,“目前,精准放疗技术提高了治疗的精准度,保证了在击毁肿瘤的同时减少对正常组织的照射剂量,从而能够避免普通放疗时代严重的副作用。因此不适合手术的肿瘤,放疗有可以做到治愈,而手术能治愈的肿瘤,加上放疗这种手段,手术可能做得更好,患者生活质量会更高。对于一些有转移的晚期病人,放疗对于缓解因为肿瘤转移造成的局部不适症状也是很有效的。”

放疗治疗肿瘤的原理是利用放射线对癌细胞进行杀灭,照射剂量越大,对肿瘤细胞的杀伤作用越强。但是放疗剂量的提高,同时不可避免地对肿瘤周围的正常组织会有损伤。如何做到放疗的低

毒高效,是放疗专业人员最为重视的问题。

朱向高介绍,精准放疗是需要放疗专业不同岗位的多学科人员紧密配合、多个环节层层相扣的,且需要严格质控的高科技、高精度治疗手段。患者在模拟治疗的体位做CT扫描,医生在CT图像上把要照射的区域(靶区)勾画出来,给出处方剂量;同时把周围需要保护的正常组织也勾画出来,给出剂量限制要求,尽可能地降低副作用。下一步会把这些图像传输给物理人员,也就是物理师,物理师根据医生的剂量处方,在计算机上利用专业软件系统做出符合要求的放疗计划,然后还要利用模体进行剂量验证,验证无误后由技师在治疗机给患者实施治疗。靶区确定的准确与否以及剂量是否合适,直接影响到后续放疗的质量。

“正常组织都有一定的放疗耐受剂量,制定放疗方案的医生需要精确勾画出肿瘤范围并控制好放疗剂量,做到既能有效控制肿瘤,又能避免肿瘤周围正常组织发生严重的照射损害。”朱向高说。

编辑:王晓茹 荣英 田园 美编:晓行

工商银行内蒙古分行 开展跨境人民币服务“春煦行动”

2月3日,中国工商银行在北京举办“春煦行动”跨境人民币服务方案发布会,来自全球1200多家境内外企业通过线上线下方式参加发布会。工商银行内蒙古分行邀请自治区商务厅、人民银行呼和浩特中心支行及各盟市商务局、人民银行领导,并邀请31家外资外贸重点企业代表以视频方式在自治区辖内各分会场参会。

今年1月份,商务部、中国人民银行联合印发《关于进一步支持外贸企业扩大人民币跨境使用促进贸易投资便利化的通知》,进一步便利跨境贸易投资人民币使用。为助推国家高水平对外开放,助力有序推进人民币国际化,中国工商银行特组织此次推介活动,并正式发布《中国工商银行“春煦行动”跨境人民币服务方案》,介绍工行依托全球人民币布局、先进科技系统、集团联动等优势,搭建起涵盖结算、融资、投资、交易等全方位的跨境人民币产品体系,可满足客户在跨境结算、跨境电商综合服务、跨境融资、跨境投资、全球资金管理、汇率风险管理、跨境人民币代发薪、离岸市场服务等多元化需求,并作出解决企业“急难愁盼”问题、推动市场主体对外经贸活动、促进国际合作领域人民币的高效使用等八项服务承诺。