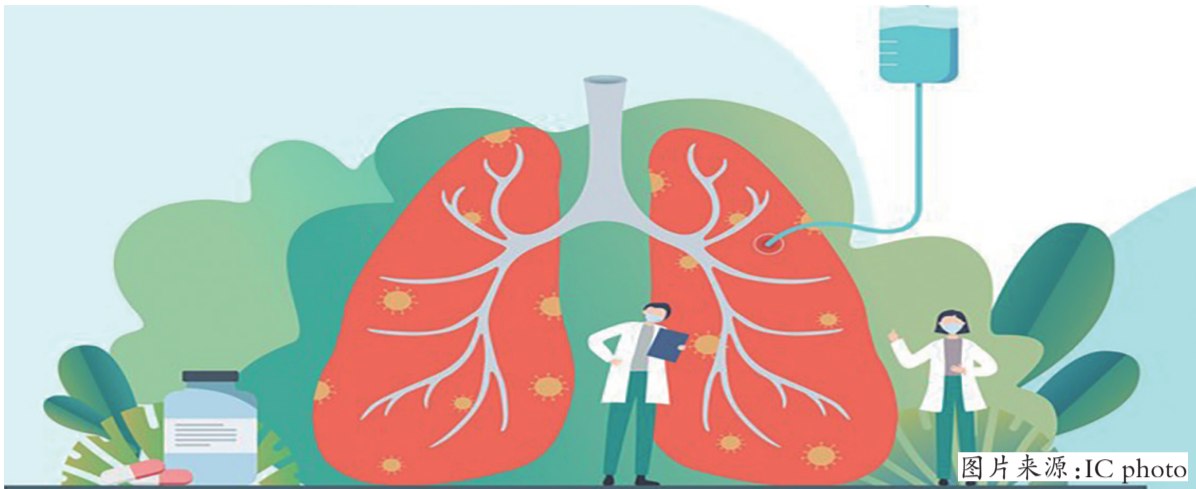


# 肺系健康 科学防治应对“沉默杀手”



图片来源:IC photo

慢阻肺是一种常见的慢性呼吸道疾病,主要影响气道和肺部,导致呼吸困难,是百姓口中的“老慢支”“老慢喘”“肺气肿”。尽管慢阻肺是一种可预防和治疗的疾病,但其早期症状往往容易被忽视,被称为“沉默杀手”。哪些群体易患病?如何更早发现慢阻肺?记者就慢阻肺相关热点采访了权威专家。



## 前移慢阻肺“第一道防线” 进一步提高知晓率

“很多人对慢阻肺的熟悉程度远不如高血压、糖尿病等,慢阻肺知晓率和检查率仍待提升。”广西医科大学第一附属医院呼吸内科主任医师何志义提醒,慢阻肺一般起病隐匿,在疾病早期并不会明显影响日常生活,建议慢阻肺患者在秋冬季节来临前接种流感疫苗和肺炎疫苗,以减少疾病急性加重。

周晓明建议,高危人群以及已经诊断慢阻肺的患者应该像监测血压一样定期检查肺功能,对于40岁及以上人群最好每年检查肺功能,早发现、早诊早治。

将肺功能检查纳入40岁以上人群常规体检范围;开展对慢阻肺患者的早期筛查和干预;将慢阻肺筛查管理纳入基本公共卫生服务……一系列重在早期诊断、早期干预的措施相继落地,持续前移慢阻肺“第一道防线”。

近年来,多地基层医疗机构配备简易的肺功能仪,提高了慢阻肺筛查需求的可及性。据南宁市武鸣区仙湖镇卫生院副院长梁艳芳介绍,配备简易肺功能仪更加方便乡镇居民在“家门口”就能进行部分肺部疾病的检查。“尤其是对农村地区的老年慢阻肺患者的早期筛查、规范诊疗起到推动作用。”

(据新华社 彭韵佳 沐铁城 黄凯莹)

## 慢阻肺正成为 威胁健康的“沉默杀手”

慢阻肺具有“三高三低”的特点,即高发病率、高致残率、高死亡率以及低知晓率、低诊断率、低控制率。

“慢阻肺是一个严重危害人民健康的常见病和多发病,构成了我国突出的健康问题。”中国工程院副院长王辰院士介绍,应对慢阻肺需要健康促进、预防、诊断、控制、治疗、康复等6个方面的有效推动。

根据此前发表在《柳叶刀》上“中国成人肺部健康研究”结果显示,我国慢阻肺患者人数约1亿,其中20岁以上人群中慢阻肺患病率为8.6%。

据国家呼吸医学中心、中日友好医院呼吸中心副主任杨汀介绍,许多患者早期没有明显症状,当出现呼吸困难或者气短后到医院就诊,做肺功能检查后往往已经是中晚期。“我们进行流行病学调查的时候,发现肺功能的检查率只

有不到10%。”

“呼吸困难、慢性咳嗽、咳痰是慢阻肺最常见的症状,也可能伴有胸闷和喘息等症状,重度慢阻肺患者常有乏力、体重下降和食欲减退等症状。”中国医学科学院阜外医院呼吸内科主任熊长明说,慢阻肺依据疾病的表现可分为稳定期、急性加重期,其中急性加重是指患者呼吸道症状急性恶化,会出现呼吸困难加重,常伴有喘息、胸闷、咳嗽加剧、痰量增加、痰液颜色和黏度改变以及发热等。

## 存在基础高危因素人群 是慢阻肺“潜在”患者

“慢阻肺的高危人群主要是长期危险因素暴露的人群,包括长期吸烟、二手烟暴露者,长期生活在室内外空气污染的人群,接触粉尘及有害气体者等。”杨汀说。

## 成年人的眼镜也要经常换吗



图片来源:IC photo

众所周知,患有近视的青少年每隔半年需要去眼科检查一次,检测矫正视力是否达标、近视度数是否加深以及眼轴轴长是否增加,通常这些检查数据18岁以后基本趋于稳定。因此,许多成年人认为,18岁以后不需要去医院做相应的检查,这是健康的处理方式吗?

显然,这样做是不妥的。首先,成人的眼镜长期佩戴和摘取过程中会造成镜片的磨损、眼镜脚和鼻托的变形,长期佩戴有问题的眼镜会导致视觉疲劳,容易出现头昏、视物不能平衡的症状。

其次,近视人群,尤其是近视度数大于600度的,不仅远视力差,而且容易出现眼底相应的改变,如视网膜近视弧形斑、豹纹状眼底、视网膜下新生血管和萎缩斑以及周边视网膜格子状和囊样变性。与正常人相比,他们发生视网膜变性、裂孔和视网膜脱离的概率要大得多。而局限的病灶早期不一定有相应的症状,需要定期去医院体检。

最后,一些隐匿性大的眼病,如圆锥角膜、开角型青光眼,如果是在18岁以后疾病才开始启动,病程又相对长,容易错失早期诊断、早期治疗的机会。圆锥角膜、开角型青光眼是致盲性眼病,只有将疾病遏制在初始阶段,才能尽量避免让患者失去难能可贵的视功能。

所以,成人需要定期去医院检查、观察眼部情况,根据医生判断决定是否要治疗及更换眼镜。

(据《家庭医生报》李颖洁 王永波)

## 呼和浩特市第一医院严格开展控烟工作



远离烟草 呵护健康

呼和浩特晚报讯(记者 王璐)创建无烟环境对人体的身心健康有极大的帮助,近日,呼和浩特晚报记者从呼和浩特市第一医院了解到,自该院成立控烟工作领导小组以来,控烟工作职责明确,爱卫办负责制定计划,进一步完善控烟制度,

并责成专人负责不定期的巡视、检查,为患者创建一个更好的环境。

据介绍,为实现这一目标,首先,每月院级质量考核环境卫生检查组通过对该院各科室及外围环境卫生情况的检查,以考核控烟监督员的监管能力,将结果报送质量管理科以对各科室及物业公司进行相应的奖惩,促进控烟工作的进行。其次,以创卫工作为契机,将创建工作与日常控烟工作紧密结合,将控烟工作列入该院创建工作的重要环节,按照质控奖惩制度,层层递进,环环把关,各科室负责人狠抓落实,使本科室人员切实从思想上、组织上、具体措施上全面进行落实。

目前,呼和浩特市第一医院按照创卫要求取消了室外吸烟区,并在各科室重点区域如会客室、卫生间、休息室等增加了“请勿吸烟”“无烟办公室”等禁烟标识。同时,各科室指定一名控烟宣传员,明确职责。呼和浩特市第一医院还大力发展戒烟门诊作用,对门诊、住院病人中的吸烟者开展戒烟咨询。