

康健园



扫码关注新民
康健园官方微信

本报专刊部主编 | 第 769 期 | 2019 年 12 月 2 日 星期一 本版编辑:潘嘉毅 视觉设计:戚黎明 编辑邮箱:pjy@xmwb.com.cn

置换主动脉瓣,不再“剖胸开膛”

人体的心脏好比一个推动血液流动的泵,而心脏里的瓣膜则是一个单向开放的阀门,血液可以畅通无阻地通过健康的瓣膜,维持血流朝着同一个方向流动。其中,主动脉瓣在左心室的出口,血流经过这个瓣膜流入主动脉。如果主动脉瓣出现了病变,比如狭窄或者关闭不全,就会增加心脏的负担。随着时间的推移,心脏功能慢慢衰竭……

当主动脉瓣出现了严重的病变,药物只能缓解一时,医生只能通过主动脉瓣置换术来解决问题。主动脉瓣置换手术需要在胸部正中做一个长约 20 厘米左右的切口,并借助体外循环技术,让身体里的血流绕开心脏,手术当中完全用机器来代替心脏和肺的功能。手术的缺陷显而易见,切口大恢复慢,手术后并发症 80%都和体外循环有关。

医生和科学家始终在研究如何把手术治疗对身体的负面影响降到最低。经历了多年的临床研究,中国的科技进步终于让广大患者等到了成熟的产品和里程碑式的技术——TAVI 手术(经导管人工主动脉瓣植入术)。现在只需要在左胸的肋间或者腹股沟区股动脉做一个 1-3 厘米的切口,置入导管,医生经过导管把人工瓣膜安全地放置在原先的主动脉瓣位置。手术完全不需要体外循环的辅助,手术之后患者恢复快,三五天后就能出院。

由于这种瓣膜是生物材料构成的,所以



患者在术后不需要长期口服抗凝药物,大大降低了术后因抗凝不足或过量带来的各类并发症。而另一方面也正是因为生物材料的特性,目前只适合 60 岁以上的患者使用。当然对于有特殊要求的患者,医生也可以根据实际情况来做出合理的判断。

这种高科技的瓣膜正是为那些身体条件不能接受常规手术的病人所设计的,如高龄患者、身体各脏器功能不良的患者、有各类复杂合并症的患者等。而对于医生来说,并不希望患者在身体条件很差的时候才来

做手术,这样会大大增加手术的风险。病人最佳的手术时机是,在刚刚出现症状时。其实,这个时候心脏已经带着病变的瓣膜超负荷工作了很久,症状的出现就是心脏在告诉病人:“实在受不了了!”

TAVI 是蕴含高科技的新技术,也是临床上成熟的技术。这种技术已经帮助医生救治了很多以前无法救治的心脏瓣膜病患者。

周健(同济大学附属第十人民医院心脏外科副主任医师)

创新疗愈帮助肺癌患者“好好活下去”

肿瘤防治

对于肺癌患者而言,5 年生存期是一道关卡,随着靶向药物的运用和微创技术的发展,这个目标不再遥不可及。要想跨越 5 年之坎,单凭药物和手术还不够,患者积极向上的精神状态和来自各方面的社会力量共同支持,是战胜病魔的强大后盾。

日前,一场特殊的“鼓 5 人生音乐汇”在

上海音乐学院贺绿汀音乐厅举行。这场“音乐汇”的主角是肺癌患者群体,音乐以超脱语言的关爱,给予患者心灵安抚。音乐在帮助患者转移对疾病过多注意力的同时,也帮助他们释放治疗过程中积蓄已久的痛苦和焦虑,树立积极健康的抗癌心态。当关爱与音乐汇聚在一起时,现场的每一位演出者、每一位观众都感受到了无穷的力量。

对于癌症患者而言,科学的治疗手段解决的是患者身体上的疼痛,而一些创新的疗

愈方式,把癌症患者组织起来,在康复期开展各种有利于癌症预后的工作和活动,对实现高质量的带癌长期生存起着至关重要的作用。

这对于探索肺癌诊疗一体化模式提供了启示:着眼于患者全病程管理,通过科普教育、早期筛查、精准诊断、规范治疗、随访康复、精神心理关爱,全方位帮助和支持肺癌患者,提高他们的 5 年生存率和生存质量,追求第二个、第三个 5 年……

凌溯

专家点拨



在日常生活中,人们习惯于把大多数肩痛以“肩周炎”一言蔽之。其实,肩袖损伤才是造成肩痛问题的头号“杀手”,约 60%的肩痛是由肩袖损伤引起,尤其是 60 岁以上的老年人群,几乎 40%都患有肩袖损伤。在刚刚过去的 11 月“全国爱肩月”,肩肘运动医学专业委员会开展了一系列远程科普活动和现场公益讲座,提升公众对肩关节疾病的认知。

慢性肩关节疼痛已成为继慢性头痛、慢性腰痛之后的第三大疼痛,约 80%的成年人曾有过不同程度的肩痛经历,而很多患者在

肩关节运动医学揭开肩痛疑团 专家倡导科学诊疗切莫自治

肩痛发生时都曾怀疑自己得了肩周炎,对此,中华医学会运动医疗分会主委、复旦大学运动医学研究所所长陈世益教授强调:肩痛并不等于肩周炎。

过去没有 CT 和核磁共振的时候,因为无法说明肩关节内部结构的改变,人们就把肩膀痛统称为肩周炎,作为对肩关节结构缺乏认知时提出的一个比较笼统的概念,肩周炎其实并不能用于疾病诊断,早该清空肩关节疾病诊断的“废纸篓”。陈世益教授介绍,肩痛问题有众多成因,其中引发疼痛最为常见的是冻结肩和肩袖损伤。肩周炎多指冻结肩,约占肩痛就诊病人的 15%,最明显的表现是肩痛,活动受限,虽然影响患者日常生活质量,但冻结肩的病程一般不会超过三年,经过适当锻炼可以恢复关节功能。肩袖损伤或撕裂作为最常见的肩部疾病,也是一种老年退行性疾病。肩袖损伤的患者往往可以抬肩,在抬肩过程中的某个位置特别疼痛,过了这个疼痛位置后可能又不痛了,因此很容易被患者忽视。

在肩痛患者中,一部分表现为疼痛的患者寄希望于手臂拉伸运动,殊不知,本已损

伤的肩袖经过手臂爬墙运动后撕裂越来越大,反而加重病情。另有一部分患者仅有活动受限没有疼痛而一再拖延就诊导致错失及时治疗的机会。陈世益教授提醒患者不可自诊自治。如果活动受限或肩痛持续一个月以上,并且有相对固定的疼痛点,影响到生活或者工作,就应该及时前往医院就诊。

通过体检、X 光片、核磁共振等检查,肩袖损伤诊断的准确率约 95%,还有约 5%有赖于诊断“金标准”——关节镜。关节镜检查不仅可以确定病变大小,同时可进行治疗。通过关节镜把撕裂肩袖组织进行修补,具有创伤小、康复快、并发症少等特点,能够有效帮助老年人回归独立、高质量的生活。如果肩袖撕裂严重无法修复,就要考虑更换肩关节了,这种开放式手术必然创伤较大。

肩袖损伤除了诊疗之外,康复训练应提前介入。陈世益教授介绍,运动医学的康复理念应该在手术前开始进行患者教育,比如怎么使用拐杖,怎么穿衣服,怎么上楼梯,怎么使用厕所。不但可以帮助患者功能恢复,而且能有效减少术后粘连等并发症,让患者早日回归正常生活。邹鑫湛 本版图片 TP

医周健闻

1 寒潮之下的防病策略:疫苗先行

寒潮捎来一波就诊高峰,呼吸系统疾病患者明显增加。患有多种慢性病的老人和免疫力不够完善的孩子尤其要注意防寒保暖,有条件的可接种疫苗。

复旦大学附属中山医院呼吸科教授何礼贤表示,肺炎是呼吸系统常见疾病,主要致病菌为肺炎球菌。除了肺炎外,肺炎球菌还容易引发脑膜炎、菌血症、中耳炎等一系列病症。2 岁以下儿童和老人是肺炎球菌易感人群。而肺炎球菌的临床耐药问题使得治疗难度日益增加。世界卫生组织将肺炎球菌性疾病列为“需极高度优先”使用疫苗预防的疾病。

目前肺炎球菌结合疫苗在我国仅批准在 2 岁以下婴幼儿中使用,未来随着更多基于临床使用证据的出现,有望推行老年群体的使用。已被 FDA(美国食品及药物管理局)及 EMA(欧洲药品管理局)批准上市的脑膜炎球菌 ACWY 群结合疫苗和 B 群脑膜炎球菌疫苗等更多创新疫苗产品,将在海南博鳌乐城国际医疗旅游先行区特许进口药品会上展示。

章葇

2 “互联网+医疗健康”惠及慢性病患者

随着“互联网+医疗健康”的发展,互联网医疗能够帮助人们在糖尿病、高血压、心脑血管、肿瘤等慢性病领域进行良好的健康管理。互联网医院在网上问诊、电子处方、药品配送等关键环节做了大量扎实的工作,为中国的慢病治疗医疗环境提供了更好的支撑与保障,尤其在患者的复诊环节,通过供应链以及配送服务,节省了患者的时间,也为医生提高工作效率提供了便利。“互联网+医疗健康”的进程中,跨国药企发挥着积极的作用,譬如,勃林格殷格翰与 7 家国内领先的互联网医院展开全方位合作,在为患者提供创新治疗方案及性的同时,也提供线上健康管理新模式。

袁纭

康复有道

心衰是所有心血管疾病的终末阶段,高血压、糖尿病、冠心病、瓣膜性心脏病等都是心衰的高危因素。约有 50%心衰患者在诊断 5 年后死亡,生存率低于多种癌症。首都医科大学附属北京安贞医院心脏内科中心主任马长生教授指出,心衰患者普遍存在疾病认知低,获取疾病信息渠道分散难辨真伪,治疗及疾病监测管理不规范,复诊购药不便利等疾病管理痛点,但是结合国内外的案例发现通过长期监控身体状况,规范心衰疾病管理体系,可明显改善患者的生活质量。

建立便捷的慢性心衰全程管理模式势在必行,也必将助力患者获得更好的预后。全国首个针对心衰疾病的人工智能疾病管理平台——“护心小爱(AI)”于日前亮相。人工智能疾病管理平台将依托微信小程序为载体,借助人工智能优势,提供语音、图片识别等交互体验方式,协助患者及其家人更便捷、准确地管理心衰患者健康信息。护心小爱的核心功能主要包括日常指标监测、健康状况评估、个性化资讯等,以“轻”为特点的微信小程序更让疾病管理能够轻松随时随身。其完整版将于 2020 年上半年完成全部开发,面向广大心衰患者正式上线。人工智能技术赋能医疗变革与创新,标志着以患者需求为导向的慢病全病程数字化疾病管理成为可能。

乔闯

心衰疾病管理开启智能新模式