

# 康健园



扫码关注新民康健园官方微信

本报专刊部主编 | 第 845 期 | 2021 年 5 月 24 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

## 不良生活方式易诱发甲亢突眼

### 聚焦创新力量推动甲状腺相关眼病诊疗发展

眼球突出,眼裂增宽,两眼直瞪,眨眼减少,甲亢突眼貌似惊恐万分,实质是甲状腺功能亢进的典型伴随症状之一,也是甲亢辨识度很高的一种临床表现。由于视功能受损和外貌改变,甲亢突眼严重影响患者的生活质量。上海交通大学医学院院长、中华医学会眼科分会眼整形眼眶病学组组长范先群教授在首届国际甲状腺相关眼病论坛上指出,治疗甲状腺相关眼病需要多学科协作,根据不同病程对患者施行对症治疗方案,而创新力量推动甲状腺相关眼病诊疗的发展,已成为临床上的迫切需求。



甲状腺相关眼病是一种自身免疫性眼眶病,与甲状腺疾病密切相关,约 90% 甲状腺相关眼病都是由于甲状腺功能异常导致,包括甲亢(60%)、亚临床甲亢(20%-30%)、甲减(5%-10%),甲状腺炎(3%-5%),此外,也有约 5%-10% 是甲状腺功能正常的患者。流行病学调查显示,我国甲状腺相关眼病患病率约为 0.3%,目前约有 420 万名病人,最为多见的是眼球突出,其他还有眼睑退缩、球结膜水肿、眼球运动障碍、复视、视力下降等表现,甚至因角膜穿孔、压迫性视神经病变和视神经萎缩而致盲。由于视功能受损和外貌改变,甲状腺相关眼病患者的学习、工作、生活都会受到干扰,比如阅读、看手机、骑自行车、开车甚至户外走动

都会有困难,还常伴有自卑、抑郁等心理问题,严重影响生活质量。针对甲状腺相关眼病的专科治疗非常关键,还需要根据病情的严重程度和活动性选择不同的方案。范先群教授介绍,轻中度突眼以女性多见,极重度突眼更多发生于中老年男性,发病机制与免疫、遗传和环境有关,尚未完全明确,但都与甲状腺疾病密切相关。根据临床观察,抽烟、压力过大、不规律的生活节奏和不健康的饮食习惯更容易罹患甲状腺相关眼病。甲状腺相关眼病的治疗手段主要包括激素治疗、免疫抑制剂治疗、眼眶局部放射治疗及手术治疗等。而且在治疗眼病的同时,要积极控制甲状腺疾病,恢复甲状腺正常功能。因此参与甲状腺相关眼病治疗的临床

学科包括眼科、内分泌科、放疗科、普外科等。上海九院眼科重点发展眼眶病亚专科,组建首个甲状腺相关眼病的多学科联合诊疗团队,阐明疾病发生发展新机制和治疗新靶点,建立标准化诊疗流程,并为患者制定个性化手术方案,酌情施行眼眶减压手术、眼肌手术或眼睑手术。目前已实现内镜导航下的精准微创眼眶减压手术。九院眼整形眼眶病学科施行甲状腺相关眼病年手术量 500-600 例,帮助患者把眼球拉回眼眶内,同时挽救视力。疾病活动期是治疗甲状腺相关眼病的黄金时期,早发现、早治疗、及时干预,减少由于贻误治疗而进入静止期后不得不进行手术的被动局面。目前,中重度甲状腺相关性眼病患者通常被建议用免

疫抑制剂疗法(如大剂量静脉注射皮质类固醇)治疗,但此类治疗无法有效逆转病情的严重程度,约三分之一接受治疗的患者会复发,广大患者仍急需特效治疗药物。本次国际甲状腺相关眼病论坛由上海九院眼科主办,邀请来自中国、美国、澳大利亚及新加坡的百余位专家学者线上线下齐聚一堂,聚焦甲状腺相关眼病诊疗最新进展,重视学科交叉,深入探讨发病机制,展望未来诊疗新模式。与会专家指出,靶向甲状腺相关眼病发病机制不同环节的新药研究,为疾病的治疗带来了新的希望,新型全人源化单克隆抗体等靶向生物制剂和新型免疫抑制剂逐渐进入临床研究和应用,在提高患者治疗效果和改善预后等方面呈现良好的愿景。魏立图 TP

### 专家点拨

现在,大批 80 后 90 后正饱受脱发的困扰,原因复杂,脱发是多种因素综合作用的结果。复旦大学附属华山医院皮肤科主任医师吴文育教授表示,脱发初期就要及早进行治疗干预,早诊早治是脱发治疗的关键。

雄激素性秃发是目前医院就诊脱发人群的一大主要类型,并且向着大学生以及职场新人蔓延。人体内有一种雄激素叫二氢睾酮,二氢睾酮水平升高后会引发毛囊的微小化,导致粗头发变细,细头发最后脱落。从发病原因来说,雄激素二氢睾酮是男性雄秃的主要元凶之一。雄激素性秃发还具有遗传性,这就导致部分患者误认为这不是疾病,然而等到脱发不断进展并影响日常生活后才就诊,已错过最佳治疗时机。对此,吴文育教授强调,雄激素性秃发是一种进展性的慢性病,要及早就医,规范就医,听从医嘱进行科学的长期治疗。根据汉密尔顿分级法,雄激素性秃发从正常到最严重的程度划分为 1 级到 7 级。3 级以下通常会使用非手术的治疗方式,目前较常见的是口服药物非那雄胺加外用药物米诺地尔的联合治疗。非那雄胺的原研药叫保法止,是 5 $\alpha$ -还原酶抑制剂,能够抑制睾酮变成二氢睾酮,让毛囊得到解放。脱发等级在 4 级及 4 级以上程度的患者,可能会面临药物治疗效果不佳的情况,此时可配合进行植发治疗。

## 早诊早治拯救「头」等大事

当非手术治疗无法收获较好疗效的时候,通过毛发移植可以解决患者的困扰。吴文育教授介绍,人体头发的不同区域对雄激素的敏感程度不一样。尽管有很多人前面头发、中间头发甚至顶上头发都没有,但是枕部一定有一圈头发,因为这个区域对雄激素不敏感。把这一部分的头发取下来再移到前面需要种植的区域,它还是按照原来的生长特性生长。为了更好地巩固植发效果,吴文育教授提醒患者需同时服用抗脱发的口服药物非那雄胺,在控制住自身头发脱落的基础上双管齐下,才能达到比较好的疗效。吴文育教授总结了 16 字护发箴言:早睡早起,均衡饮食,良好心态,正确清洁。雄激素性秃发经过规范治疗后,脱发症状会得到缓解,“头”等大事也可以轻松应对。章葇

### 营养百科

#### 把健康美肌「吃出来」

刚刚过去的一周是我国“全民营养周”。营养对于人体的效用是由内而外的,什么样的营养结构决定了什么样的肌肤状态。健康的肌肤才是美丽的肌肤。好皮肤不仅靠护肤品,良好的睡眠和清洁保湿防晒等日常护理实现,科学合理的饮食也是获得健康美丽肌肤的主要方式之一。近年来,科研人员针对饮食和肌肤内在抵御力的关系展开研究。加州大学洛杉矶分校的一项研究显示,日常食用加州巴旦木将有助于增强肌肤抵抗紫外线的能力。加州大学戴维斯分校的研究也显示,将加州巴旦木作为每日零食食用,可以改善女性的面部皱纹,还有助于减少皮肤的色素沉积。加州巴旦木富含维生素 E,而维生素 E 是天然抗氧化剂,能够保持肌肤的健康状态。其他有利于肌肤的食物还有燕麦、玉米、糙米等为代表的谷物,富含欧米茄-3 脂肪酸的深海鱼、坚果等,含锌食物比如贝壳类海鲜等。在日常饮食中注意适当补充,把健康美肌“吃出来”。凌溯

## AI 赋能智能影像 提升就医体验

### 前沿新探

随着我国社会的发展,人们生活水平和健康意识的日益提高,各项健康体检、疾病筛查的数量不断加大,影像科医生的工作量也随之加重。我国放射科医生的年增长率仅为 4%,而医学影像数据年增长率超过 30%。仅依靠传统的人工阅片方式越来越难以满足日益增长的影像科诊疗需求。在 AI(人工智能)发展热流的背景下,智能医学影像的发展能够满足日益增长的诊疗需要,减轻影像科医师的负担和降低误诊率,提

高基层诊疗水平和促进分级诊疗制度落实。当人工智能融入临床影像科,智能 X 光室成为现实。锐珂医疗积极建设的智能 X 光室包括人工智能驱动的功能,用以增强成像工作流程,并实现更快、更高效的检查。这些设备包括针对胸部摄影的辅助摄影定位、自动曝光条件设置、自动限束器视野调节等,有助于提高 X 射线图像的一致性,从而提升诊断的效率和精准度,全面覆盖从影像获取到诊断整个成像链的人工智能开发,强调质控从源头开始,有效提高诊断质量。受检者在智能 X 光室“拍片”,再也不用担心“听不懂”医生的话

了,“医生助理”会模拟医生跟受检者对话,免去了大量重复沟通。摆位之前,设备自动识别受检者身高,调整到合适的位置;摆位之后,采用智能技术和准直功能等获取高质量影像,减少重复拍摄,而医生在隔壁房间通过屏幕实时掌握情况,实现智能采集、质控与诊断。智能数字 X 射线摄影工作流程还能够有效缓解受检者的紧张情绪。医生依靠这些智能助手,能够显著提高诊疗工作效率和医疗质量,实现更高效、更精准的影像诊断,同时缩短受检者的等待时间,优化就诊流程,进一步造福普通百姓。栢豫

### 康复有道

## “早重建”和“早预防、早发现、早治疗”同等重要

“早预防、早发现、早治疗、早重建”,在日前举行的乳房重建科普系列讲座上,主讲人、广东省人民医院乳腺科主任廖宁教授在乳腺癌“三早”防治原则的基础上添加“早重建”,并特别强调了“早重建”的作用与意义,呼吁全社会为乳腺癌患者营造一个积极正向的舆论环境,帮助更多患者走出

疾病阴影。部分乳腺癌患者接受乳房切除手术后,“失乳”给患者带来的负面影响远不止身体上的缺失。一项问卷调查显示,97.5%的乳腺癌手术患者感到忧虑,93.3%的乳腺癌手术患者自卑感增强。然而,在我国,与高发病率、高手术率相对应的却是极低的乳房重建率。

如今,乳腺癌治疗手段相当成熟,慢性病理念和全病程管理模式延长了患者的生存期。乳腺癌患者对治疗的需求逐步提升。廖宁教授指出,乳房重建不仅能够帮助不能保乳的患者重获乳房,恢复形体完整,从长期看还能改善患者的心理状态,促进患者心理健康,改善患者的生活质量。“早重建”和“早预防、

早发现、早治疗”同等重要。为了进一步满足临床需求,提升药械可及性,国内首个涵盖乳房重建假体器械费用的商业保险于近期发布。商业保险等其他支付方式的参与能够为探索完善多元化医疗支付体系提供支持,将进一步减轻患者负担,帮助患者重建美好生活。虞睿