

知“怕”不怕,脑起搏器应对“不死的癌症”

1996年亚特兰大奥运会上,拳王阿里颤抖着举起火炬的镜头让人记忆犹新,也让世人认识了一种常见病——帕金森病。

据统计,全球大约有500万名帕金森病患者,近一半患者在中国。帕金森病已经成为继肿瘤、心脑血管病后,中老年人健康的“第三大杀手”,也被称为“不死的癌症”。

三大表现界定“帕金森”

上海同济医院神经外科中心主任骆纯介绍:“由于帕金森病起病缓慢,早期症状并不十分明显,其诊断往往需要依靠医生的经验。”

一般来说,帕金森病患者发病最早期的表现是“抖”。最开始表现为手部的震颤,随着疾病的发展,会出现一侧肢体甚至全身的震颤。

此外,“慢”与“僵”也是帕金森病



上海同济医院神经外科中心主任 骆纯

的重要表现。慢,指的是手的运动逐渐减缓,走路变慢;僵,则意味着患者进行肢体活动的时候感到有一定的阻力。

不少病人还会出现嗅觉失灵、情绪低落、睡眠问题、走路姿势异常、智能减退、小便频急、顽固性便秘等症状。

一毫米电极精准治疗

尽管到目前为止,帕金森病还不能完全被治愈,但通过药物、手术、康复训练、心理疏导和细致护理等综合治疗,还是能够很好地控制帕金森病的发展,提高患者的生活质量。

骆纯主任表示:“刚刚进行药物治疗时,通常会出现一段时间的‘蜜月期’。在这个阶段,患者会感觉症状明显改善,但治疗一段时间后,药物作用逐渐衰减,此时只有安装脑起搏器才能控制病情、改善生活质量。”

目前,一种名为DBS(脑深部电刺激术)的手术正在被广泛使用。骆纯主任介绍:“其原理就是在脑内特定的神经核团植入一毫米的电极,释放一定频率和强度的电刺激,调节脑内的神经网络通路,从而减轻帕金森病的症状。”

具体来说,就是通过局部麻醉的方法将微小的电极植入脑部预设靶点位置,并将脉冲发生器置入胸口皮下。手术中,医生与患者通过交流,寻找最适合患者的治疗点。

“患者进行DBS手术后,我们还可以通过操作系统在体外进行参数调节,选择最佳的治疗点与范围改善患者的症状。”骆纯主任说,“DBS具有可逆、可调节、非破坏、不良反应小和并发症少等优点,是帕金森病治疗‘蜜月期’后,外科治疗的首选方法。目前该手术也已纳入医保范畴,可以大幅度减轻患者的经济负担。”

据悉,同济医院已经成立帕金森病一站式诊疗中心,由神经内科、神经外科、神经康复、影像医学、心理和精神医学、营养及护理专家共同组成多学科协作团队为患者排忧解难。

记者 梅一鸣

服用阿胶珠 无需酒泡和蒸煮

阿胶珠并非新事物,是阿胶的另一种炮制品。一般而言,阿胶是质地较硬的块状物,而阿胶珠则是小圆球形状的。那么,既然已经有了阿胶,为什么还要用阿胶珠呢?

我们知道,阿胶是无法直接煎煮服用的,它需要在服用前用黄酒浸泡一夜,第二天隔水蒸煮,等待阿胶融化

了之后放凉,融化在汤药中服用。但蒸发后的阿胶容易变质,不适合长期保存。

此外,有人会将阿胶加工成阿胶糕用来进补,即在阿胶中加入黑芝麻、红枣等。这样虽然方便服用、改善了口感,但这个方法却不适合用来治疗疾病。

而阿胶珠的出现改善了阿胶服用

方法与缺点。阿胶珠无需用黄酒浸泡,也无需隔水蒸煮,只需要开水浸泡融化即可。因为阿胶珠是易碎的小圆珠,用手指一捏就碎。融化后的药汁表面会有一些絮状物,这些絮状物可以直接喝,无需强行融化或过滤掉。

上海市中医医院 肿瘤五科主任医师 朱为康



朱为康医师

每个人都有一块“私人领地”,当关系过于亲密,心理空间会被挤压,从而产生不适感。因此,无论任何关系,都要给对方留有足够空间,不要让对方觉得窒息。

夫妻一起的时间太久,新鲜感越来越少,容易没了分寸和界限,认为对方的付出是理所应当的,尤其在家务分配、相处模式、价值观念上都容易出现分歧、争吵。所以说,老夫老妻相处,适当有点距离感更好。

一些夫妻总喜欢黏着对方,主要还是因为没有自己的社交圈子和生活。专家建议,不妨至少从退休前就开始规划、畅想退休生活,想办法提前找到退休后的“新世界”,给夫妻双方一定的自由空间。

此外,不妨给自己一段时间,做喜欢做的事:参与户外活动、联络学生时代的老同学、积极开发新兴趣等,拓展自己的爱好和社交范围。

老夫老妻,有点距离更美

读者来信

读者王女士:我今年40岁,施行宫腔镜手术前发现有贫血,请问能否进行手术?是否要等指标正常后才能进行?

上海市同仁医院妇产科主任医师丘瑾:宫腔镜手术是目前常见的一种微创手术,它被广泛应用于宫内疾病的诊疗上。

一般来说,血色素在70g/L以上,对于宫腔镜手术和麻醉来说都是安全的。

此外,贫血在短期内往往不会改善。在进行宫腔镜手术时,医生可以在迅速止血的同时明确诊断病因。如果一味等下去,可能错过最佳治疗时机。

对于胆囊结石患者来说,往往会面对一个选择题:是采取保胆取石术还是进行胆囊切除术?许多人以为胆囊是分泌胆汁的,切掉就会有消化功能障碍。的确,切掉胆囊后,一部分患者可能出现高油饮食后易腹泻等问题,但这类情况的占比很低,只要恢复得当、保证定时吃饭、不大量摄入高脂饮食,通常就不会影响正常生活。

此外,一些患者害怕手术,希望能够用保胆取石的方法进行治疗。但是,保守治疗往往需要具备以下条件:第一,胆囊需要具有其相应功能,如收缩功能、储备胆汁功能等;第二,治疗后结石不易复发;第三,患者合并有严重的心血管疾病。

因此,对于胆结石患者来说,无论是采取保胆取石术亦或是胆囊切除术,均应该结合实际情况综合考量,不可盲目选择。

浦东新区人民医院 普外科主任医师 王云峰

频繁出汗 试试生脉饮

夏季,气机上浮、阳气外越,有些人常常大汗淋漓,即使不怎么运动也会频繁出汗,这些症状往往跟人体气虚、元气不足、体表固摄之力不够有关,推荐大家试试生脉饮。

用3克人参、3克麦冬、适量五味子熬水,每天饮用即可。 大伟

乳腺癌并非女性专利

乳腺癌不是女性的专利,男性也可能患乳腺癌。男性患了乳腺癌一般就诊较晚,预后较女性差。

一般而言,男性雌激素水平较低,往往不会与乳腺癌划上等号。但当男性

患者体内雌激素水平增高时,乳腺癌发病率就会升高,而肥胖是引起男性体内高雌激素水平最常见的原因之一。

此外,一些恶劣的环境因素,如长期接触放射线、高温、甲醛等也会

增加男性乳腺癌的发病率。

临床上,男性乳腺癌常常在无意中被发现,多表现为无痛性肿块,部分可伴有乳头溢液,少量为血性溢液。对于有以上症状的男性患者来说,如果条件允许,应该考虑做乳腺钼靶检查。 志敏

让人“失望”也是一种智慧

世界上没有什么是绝对完美的,对于人而言,就是我们常说的“人无完人”。如果我们将这条法则放到社交中,就会变为:你不可能满足所有人。

事实上,一定程度让身边的人失

望,也是一种做人的智慧。心理学认为,尊重自己、尊重内心的各种情绪,才能够不被身边的各种人和事而左右,最终才能够做真实的自己。

在社会生活当中,令人失望的事

情总是会存在的。但是我们没有必要因此就对自己失去信心,而是应该鼓起勇气,告诉自己这是正常的,之后应该勇敢前行。

周鹏

梳子太脏 头皮易感染

正常情况下,头皮会分泌油脂,滋润头皮和发根的同时还能抵御有害细菌的入侵。而脏梳子上的污垢可能会在梳头时沾到头皮上,堵塞毛囊,破坏油脂的正常分泌,形成毛囊炎。未经清洁的梳子也会将细菌传播到头皮上,若头皮有损伤,可能会引发炎症,导致头皮不适和各种皮肤病,所以平日使用的梳子应定期清洗,不同材质的梳子清洁方式也有不同。

普通的塑料梳子可在干燥状态下先把梳子上的头发去掉,然后将旧牙刷浸一下水,在牙刷上涂上豌豆大小的洗发水,再刷洗梳子。最后,把干净的梳子放在毛巾上晾干。

牛角梳先挑掉梳子上的发丝,然后涂上洗发水或牙膏,拿旧牙刷来刷掉上面的污垢,用水冲干净后立马擦干。梳齿的根部常是污垢堆积的地方,可以用毛线或是尼龙线来清除。首先将绳线剪成适当的长度,然后用手拉住绳线的两端,让绳线在梳齿的缝隙间来回滑动,污垢就会沾附在绳线上,再用清水冲洗一遍,然后擦干。若牛角梳变形,可用电吹风加热后用重物压平即可。

木梳 木梳忌在水中长时间浸泡,平时用完最好及时清理污垢,梳齿里的脏东西可以先用牙签剔除,然后用肥皂水或洗发水刷洗,再用水冲干净后立刻放到干布上,把水分吸干。若受气温影响木梳变形,勿用手掰,可将梳子放入水中短时间浸泡后晾干,自然恢复。

多排齿的圆筒梳 首先把缠在上面的头发和脏东西扯出来,然后在手上涂抹肥皂沫,用手搓洗圆筒梳,再用清水将圆筒梳清洗干净,最后自然晾干即可。

梁盼