

诊断甲状腺功能,核医学科有“秘密武器”

《西游记》里的六耳猕猴和孙悟空长得几乎一模一样,只有如来佛祖能辨别出哪个是真的孙悟空。在甲状腺各类疾病中,也会有这种相似的情况,好在核医学科有个“功能探测仪”,通过“甲状腺摄碘-131功能试验”可以一探便知。



“摄碘-131功能试验” 简便易行

“甲状腺摄碘-131功能试验”在甲状腺疾病诊断中应用较为广泛,是辅助医生诊断甲亢、甲减的重要帮手。其方法就是利用“甲状腺功能仪”测定甲状腺摄碘率,通过患者空腹口服微量的碘-131,经胃肠吸收后随血液经过甲状腺,迅速被甲状腺滤泡上皮细胞摄取,摄取量和速度与甲状腺的功能密切相关,甲亢患者摄取量多且快,而甲减患者则完全相反。

事实上,甲状腺摄碘-131率是确定碘-131治疗剂量的重要指标。此外,被甲状腺摄取的碘-131能够发出射线,经过专业的测算,其结果能够反映甲状腺的功能状态。

甲亢还是亚甲炎 一探便知

临床上,“甲状腺功能仪”也常用于鉴别“甲亢”与“亚急性甲状腺炎”(简称亚甲炎)。这两种疾病临床表现非常相似,经常给医生的鉴别诊断带来困扰。

其实,两种疾病的治疗方法完全不同,因此准确区分两种疾病非常重要。

那么,如何分辨甲亢和亚甲炎呢?由于它们在摄碘能力上完全不同,如果怀疑是亚甲炎,医生就会考虑让患者去做“摄碘-131功能试验”。

亚甲炎患者的甲状腺摄碘-131率和甲亢患者不同,甲亢患者摄碘-131率会增高,但是亚甲炎由于甲状腺滤泡遭受了炎症的破坏,致使甲状腺摄碘-131能力下降;而甲状腺滤泡破坏后,会释放出大量甲状腺激素进入血液,导致血清甲状腺激素水平增高。

同济大学附属第十人民医院甲状腺疾病研究中心 主任医师 余飞

个性化照护服务走入独居老人家

86岁的姚奶奶是家住华阳路街道的一位独居老人,视力听力都不太好。不久前,老人独自在家时不慎摔了一跤,独立生活能力减弱,家属对此也很担心。正在姚奶奶一筹莫展之际,他们接到了上海华阳路街道综合为老服务中心下属机构华阳日托的电话。

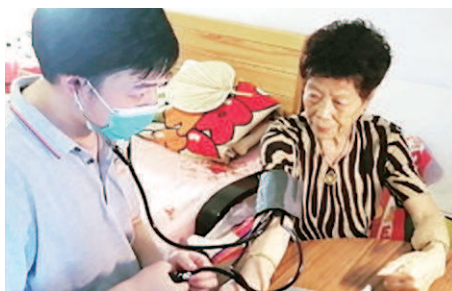
工作人员了解到,因为摔跤,姚奶奶的日常生活自理能力减弱,受伤的

关节不但形成了慢性疼痛,影响日常行走,而且腿脚不利索也导致老人不太敢出门。基于这些信息,团队决定以康复服务作为核心,为姚奶奶制定了“一人一策”的日间照料“处方”。

专业康复师系统地评估姚奶奶的腿部、髋部等关节部位后,为她详细地制定了腿部康复训练计划。护士每周会上门量血压、体温,测血糖、脉搏,检查姚奶奶药品使用情况。

每周上门的社工,一方面询问姚奶奶近期的身体状况、用药等情况,一方面收集老人及家属对服务反馈的实时信息,确保服务过程规范安全。他们还特意准备了她最喜欢的康乐服务,如沙画绘画、戏曲赏析、手工艺等。

经历了近两个月的康复训练后,姚奶奶腿部逐渐变得有力,大肌肉运



动和精细肌肉运动也顺畅了,身体的控制能力和平衡性明显好转。

金晶

不少人认为,只要感染了幽门螺杆菌,就一定会得胃癌,实则不然。大约只有1%的幽门螺杆菌感染者会最终罹患胃癌,两者之间存在一定的联系,但非必然关系。

幽门螺杆菌经口到达胃黏膜后,会引发慢性浅表性胃炎。随着时间推移,人会患上十二指肠溃疡、胃溃疡和慢性萎缩性胃炎,而胃癌病变是一个非常漫长的过程,是多种因素共同作用的结果。

想远离幽门螺杆菌,在日常生活中就要养成良好的习惯,如饭前便后洗手、少食用刺激性食物、建立分餐制、定期更换牙刷等。

很多人喜欢吃三分熟的牛排,或者吃火锅时肉还没有烫熟就吃,这种做法会大大增加感染幽门螺杆菌的机会。

此外,有人认为经常吃大蒜,就能杀死幽门螺杆菌,这种说法也是没有科学根据的。因为只有摄入大量大蒜才能杀死幽门螺杆菌,而日常大蒜食用的量是无法杀死幽门螺杆菌的。 马琳

千家药方

治慢性支气管炎验方

夏枯草20克,法半夏10克,代赭石30克,车前草30克。水煎服,每日一剂,分早晚两次服。适用于慢性支气管炎久咳气急痰多。

治慢性咽炎验方

玄参15克,桔梗10克,甘草5克。水煎服,每日一剂,分早晚两次服用,连服一周。 光明

“三高”患者警惕“眼中风”

视网膜动脉阻塞,就是我们常说的“眼中风”,其主要症状为突发性失明,与高血压、高血脂、高血糖有着密切的关系。

长期高血压,尤其是血压控制不佳的患者,血管弹性比较差。血液

中的高脂物质容易粘附在血管壁上,常常会因为情绪、天气、环境等因素导致血管收缩,形成堵塞。

视网膜动脉阻塞里多见于老年人,但年轻人工作压力大、熬夜、抽烟、喝酒、用眼不当等情况,也会增

加“眼中风”的风险。

专家建议,患者若突发失明应及时就医,路上可以进行简单的自救:含服硝酸甘油并按摩眼球,轻压数秒后突然放开,反复多做几次。

张钢

乐观情绪:治疗哮喘的“良药”

哮喘是一种慢性呼吸道炎症性疾病,以老年人居多。研究表明,哮喘患者心理障碍的发生率较高,其中以焦虑和抑郁表现尤为多见,然而焦虑、抑郁情绪与哮喘呼吸困难症状有着密切的关系。

哮喘患者应尽量保持乐观情绪,做到平时多露笑容,有专家认

为,笑是一种特殊的医疗行为。笑一笑,可使人体内的很多器官得到短暂的锻炼。有困难或碰到不愉快的事情,可找自己身边的亲人或朋友倾诉,以宣泄心中不快。良好的心态,是治疗情绪性哮喘的一剂不花钱的“良药”。

郭冉

女“糖友”应慎选避孕方法

从女性糖尿病患者的健康和生活质量来说,屏障避孕法既不会影响血糖,也不会增加创伤或感染风险,因此建议首选避孕套或阴道隔膜避孕,避孕成功率高、成本低,能防止感染性传播疾病。

不推荐女“糖友”使用口服避孕药以及避孕贴片、避孕针剂,皮下埋

植剂也不适用于女“糖友”。因为口服避孕药的主要成分是雌激素和孕激素,都有抵抗胰岛素的作用,不利于血糖控制。若有些患糖尿病女性习惯选择口服避孕药,则需在医生指导下服药,同时要注意监测血糖水平。

魏莉

眼镜与健康

儿童应该如何正确使用太阳镜

夏日炎炎,家长带孩子外出时,为了挡住刺眼的阳光,会给孩子戴上太阳镜。有家长为了让孩子看上去更酷,也会给他们戴太阳镜。儿童的角膜和晶状体都比成人清澈,所以也更容易受到紫外线的侵害,如果不注意防晒,可能会损伤儿童的角膜上皮细胞,同时对视网膜黄斑造成灼伤,影响儿童的视力发育,甚至为白内障等眼病埋下隐患。所以儿童的防晒可不能漏了眼睛防晒这一重要的部分。

但有专家指出,3至6岁的儿童

正是视觉发育的关键时期,需要更多的明亮光线及清晰物像来刺激视觉发育,过多使用太阳镜可导致视网膜成像不清,眼底黄斑区不能得到有效的刺激,会影响视觉的进一步发育,严重者甚至可能导致弱视。

因此,专家建议6岁以下儿童不要长时间戴太阳镜。如果要戴,那么使用的时间不能过长,否则可能会影响他们的视力。建议家长在阳光强烈时给孩子戴上,在阳光变弱后要及时取下。

质量不合格的太阳镜,使用后有可能造成儿童视力下降,甚至会使儿童的眼睛受到严重的伤害,导致角膜炎和白内障等疾病。

那么,如何挑选一副能够有效阻隔紫外线又不会伤害孩子眼睛的太阳镜呢?

1. 选择有明确标识能全部阻隔紫外线的太阳镜。
2. 不要迷信颜色深的太阳镜能更好地遮光。太阳镜镜片颜色一般以中等深度为好。
3. 将太阳镜放在眼前,通过镜片观察远处目标,上下前后移动,目标

茂昌眼镜 特约专栏

地址:南京东路762号 服务热线:63223839

- 物体不会出现摆动和波浪形变形。
4. 镜片要光滑、无波纹、无瑕疵、无起泡、无磨痕。
 5. 镜片一定不能能用玻璃材质的。因为玻璃材质的镜片抗冲击力较差,安全性不高。
 6. 选择有框的太阳镜。镜框的大小尽量适合孩子的脸型,尽量贴近眼睛的太阳镜能更好地阻挡紫外线的进入。镜框不要太重或太宽。