

康健园



扫码关注新民康健园官方微信

本报专刊部主编 | 第 822 期 | 2020 年 12 月 14 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

救命于无形 “起搏”再升级

全球体积最小重仅 2 克的无导线心脏起搏器 Micra、ICD 等新兴预防猝死疗法和升级版“抗核磁”3T 核磁兼容起搏器, 汇聚了国际最前端科技, 为符合适用指征的心律失常患者带来了病情长期稳定可控的希望。



“心”健康之“心跳如常”

心动过缓通常是指每分钟心跳在 60 次以下。如此心率将无法保证心脏在日常活动或正常运动时输送足够的血液到人体各器官。心脏起搏器能帮助患者改善心脏功能, 使心脏有规律地泵血, 保证患者各大器官的血液需求。无导线起搏独特的机制, 让患者避免了手术复杂、行动不便、术后感染风险高等问题。

中华医学会心电生理和起搏分会副主任委员、上海交通大学医学院附属瑞金医院吴立群教授表示, 在保留了上一代 Micra VR 全部优势的基础上, 形如胶囊、重仅 2 克的无导线心脏起搏器 Micra 适用于更多的心动过缓患者, 对心律失常等慢性疾病的防治有很大的促进作用。Micra AV 的核心科技是指甲盖大小的加速度传感器, 它不但能够精确地感知到自身的活动, 而且能感知心脏司令部要求心脏跳动的频率, 非常智能。

“心”健康之“猝”可及防

当 Micra 起搏器聚焦心跳过缓治疗时, 心动过速这一极易引发猝死的疾病就需要植入式心律转复除颤器 (ICD) 来应对。心源性猝死是一种突发、严重的恶性

室性心律失常, 患者心跳变得特别快、特别乱, 不能正常工作, 导致患者大脑供血、全身供血不足或者中断而死亡, 常常来不及救治。最常见于各种心血管疾病患者, 值得注意的是, 我国心源性猝死的发生率呈逐年上升趋势, 且发病年龄日趋年轻化。心绞痛、气急或心悸加重、心跳不规律、胸闷、极度疲惫感等症状都可能是“死神”前来的先兆。

成年人每年都要做一次体检, 包括心电图、胸片以及心脏彩超, 提前发现一些可以尽早预防的心血管疾病, 预防猝死。其中左心室射血分数 LVEF 是提示猝死风险的关键指标, 即 EF 值。这是心脏将血液“射”向全身的一个标准, EF 值越高越好, 正常人 EF 值大于 50%, EF 值低于 50% 说明心脏收缩无力, 发生猝死的风险高。中国医师协会心律学专业委员会副主任委员、复旦大学附属中山医院宿燕教授表示, 长期高血压的患者、有心力衰竭或心梗史的患者, 更要定期复查心脏超声和测定 EF 值, 如果 EF 值过低, 建议遵循医嘱, 必要时接受植入式心律转复除颤器 (ICD) 治疗。此外, 已经出现过室性心动过速, 发生过室颤以及家人发生过心源性猝死的患者, 都是猝死的高危人群, ICD 植入之后, 会时刻监测患者的心率, 一旦发生快速性心律失常

事件, ICD 会自动进行合适的治疗, 比如抗心动过速起搏, 必要时进行电击除颤, 帮助患者恢复正常心率, 在关键时刻救人一命。

“心”健康之兼容 MRI

接受起搏治疗的心律失常患者平均年龄 65-70 岁, 正是肿瘤、心脑血管疾病以及骨关节疾病的高发年龄。数据显示, 接近一半的起搏器和除颤器植入患者具有磁共振 (MRI) 扫描的需求。但 MRI 检查时强大的磁场会对起搏系统产生严重的影响, 长期以来, 磁共振检查是大多数传统起搏器和除颤器植入术后患者的禁区。今年 10 月, 国内首批 3T MRI 兼容植入式心脏起搏器和首批 3T MRI 兼容植入式除颤器在国内正式投入临床使用。中华医学会心电生理和起搏分会候任主任委员、中国医学科学院阜外医院华伟教授表示, 新一代兼容 3T 磁共振起搏器和除颤器的问世, 让患者能够兼得起搏治疗和磁共振检查的益处, 解除了患者的后顾之忧。预估使用寿命约 18 年。3T MRI 兼容的除颤器也能够更智能地放电, 减少猝死的发生。

心脏病患者长期未被满足的医治需求, 尤其是起搏治疗领域, 迎来了更多创新、优质、可及性高的医疗解决方案, 这些方案将全线守护心脏健康。魏立 图 TP

专家点拨

接种四价 HPV 疫苗 最小年龄为九岁

日前, 四价人乳头瘤病毒疫苗应用于 9-19 岁女性适应证, 获得中国国家药品监督管理局上市批准。这意味着该疫苗已拓宽至 9-45 岁适龄女性的接种, 仍采用三剂免疫接种程序。这款四价 HPV 疫苗适用于预防因高危 HPV16/18 型所致的宫颈癌、2 级和 3 级宫颈上皮内瘤样病变 (CIN2/3) 和宫颈原位腺癌 (AIS), 以及 1 级宫颈上皮内瘤样病变 (CIN1)。

宫颈癌是人类历史上首个病因明确的癌症, 高危型 HPV 病毒的持续感染是引起宫颈癌的主要原因。其中 HPV16 和 18 型约占全球 70% 的 HPV 相关宫颈癌的致病原因, 其次是 HPV52 和 58 型, 还有一些 HPV6、11 等低危的病毒亚型。

复旦大学附属妇产科医院党委书记、妇科主任医师华克勤教授谈及宫颈癌防治知识时指出, 宫颈癌是可以预防的, 疫苗是经济、有效的疾病防控手段。中国女性 HPV 感染率按年龄分布有两个主要高峰, 40-44 岁和 17-24 岁, 因而在青少年女性人群中开展 HPV 疫苗接种, 有助于降低整个中国女性群体 HPV 感染和宫颈癌的发生率。此番通过国内临床研究得以拓宽接种的年龄范围, 说明保护青少年女孩免受 HPV 的感染, 人们已经掌握了先进的武器。

世界卫生组织 HPV 疫苗接种文件特别建议 9-14 岁没有发生性行为的女性, 应作为 HPV 疫苗接种的主要人群之一。在学生中开展安全性行为的健康教育, 显得非常重要。根据目前的数学模型推演, 四价 HPV 疫苗一个疗程三针, 能够覆盖女性一生, 无需后续补种。同时也需观察疫苗上市临床运用的真实世界数据, 随着时间的积累, 可能会有更长的追踪结果。

华克勤教授强调, 预防宫颈癌的途径就是要预防 HPV 的感染, 最好的手段是三级预防, 也就是通过一级预防——开展健康教育和接种 HPV 预防性疫苗; 二级预防——对所有适龄女性定期开展宫颈癌筛查; 三级预防——根据宫颈癌的临床分期, 开展适宜的手术、放疗、化疗及姑息疗法。

女性一旦出现性交后出血、阴道异常分泌物或者绝经后出血, 应立即就医, 使疾病控制在早期阶段。 乔阔

肿瘤防治

肺癌患者如何优化策略实现精准治疗

早期肺癌通过手术治疗, 治愈率可达 90% 以上, 因此要推动肺癌的筛查和早诊早治。然而, 事与愿违, 绝大多数肺癌患者就诊时已是中晚期, 中晚期肺癌的治疗方案不同于早期, 治疗手段复杂多样, 个性化治疗和综合治疗并举, 效果往往因人而异。适时联合放化疗、选择适合的治疗策略、保持积极的心理状态, 是肺癌患者提高生活质量、延长生命的出路。

肺癌的精准化治疗发展成熟, 即使是晚期肺癌, 通过“排兵布阵”合理用药, 患者仍有望获得生存期延长。上海市肺科医院肿瘤科主任、同济大学医学院肿瘤研究所所长周彩存教授表示, 靶向治疗出现之前, 晚期肺癌患者的选择通常只有化疗和局部放疗, 平均总生存期只有 8-10 个月。近年来分子靶向药物治疗发展迅速, 引领晚期肺癌患者走出至暗时刻。

在亚洲, 大约 50% 的非小细胞肺癌患者存在 EGFR 基因突变阳性, 这些患者适合使

用靶向治疗。EGFR-TKI 是 EGFR 突变的非小细胞肺癌患者目前一线治疗的最佳选择, 晚期患者的生命得到延长。晚期肺癌患者中位生存期从 2 年半到 3 年左右, 大约 10% 的病人能活过 5 年。同时生活质量得到提高, 与化疗相比, 服用 EGFR-TKI 会出现腹泻、皮疹等不良反应, 大多数可防可控。EGFR-TKI 一、二、三代药物均已被纳入国家医保目录, 降低了癌症患者家庭经济负担, 提高了药物可及性。

EGFR 突变的非小细胞肺癌有不同亚型, 针对 EGFR 突变的靶向药共有三代, 不同靶向药在 EGFR 不同突变亚型中具有明显的疗效差异。故而, 分型而治, 优化选药, 帮助患者获得疗效最大化, 考验医生“排兵布阵”能力的时刻到了。譬如, 19 外显子缺失 (Del19) 和 21 外显子 L858R (21L858R) 点突变是 EGFR 最常见的突变类型。使用二代 EGFR-TKI 阿法替尼序贯三线三代 EGFR-TKI 奥希替尼治疗是适用于 Del19 患者的一种有效可行的精准治疗策略, 安全性好, 医药经济学获益理想。

国家癌症中心发布的《2019 年全国癌症报告》显示, 从 2003 年到 2013 年十年间, 肺癌

总体死亡率每年下降了 3.3%。在 2013 到 2016 年, 每年下降了 6.7%。尽管肺癌仍居全国恶性肿瘤发病首位, 但病死率不断下降, 肺癌患者整体的生存期不断延长。这些积极的变化归因于开展科学预防、早筛早诊以及国家不断推出提升抗癌创新药可及性的举措。越来越多的优质抗癌药物得以被纳入医保, 让老百姓用得起创新药。适宜靶向治疗的肺癌患者是受益最大的人群。 柏豫

健康贴士

肺癌康复离不开社会支持系统

晚期肺癌患者承受着疾病和生活的多重压力, 来自社会各界的支持系统给予患者精神力量, 激励患者重拾生活热情, 积极配合治疗和康复, 从而实现高质量的带瘤长期生存。

中国首部关注肺癌患者生存状态摇滚音乐舞台剧——《爱是免疫力》讲述了一位曾经无数次帮助癌症患者的普通人, 在罹患非小细胞肺癌晚期后的心路历程和生命故事。音乐剧为肺癌患者传递希望、勇气和力量, 也让

人们看到癌症患者身上“与癌共存”的坚韧和积极乐观向上的精神面貌, 同时呼吁全社会给予肺癌患者更多的理解、支持和关爱。

今年 11 月中华社会救助基金会再次启动“鼓 5 人生”肺癌患者关爱活动, 发起“最多人参与的线上双手击掌视频接力”吉尼斯世界纪录™ 称号创造行动, 并录入《吉尼斯世界纪录大全》。活动以隔空“云”击掌接力的形式, 鼓励肺癌患者跨越 5 年生存期。 章蓓

肺癌高危人群 每年一次胸部 CT 检查

针对肺癌高危人群, 主动尽早采取措施, 加强预防, 践行健康生活方式, 定期防癌体检, 密切关注癌症危险信号, 接受规范化治疗, 是肺癌防控的关键。低剂量螺旋 CT 在肺癌筛查中的应用, 使得高危人群能够早期发现肺癌, 得到及时治疗。高危人群主要指年龄超过 45 岁、烟龄超过 20 年、吸烟指数 (每天吸烟支数×吸烟年数) 超过 400, 有肿瘤家族史、生活在重度空气污染地区或有着长期特定职业暴露的人群, 这类人群需要每年进行一次胸部低剂量螺旋 CT 检查, 以及时了解肺部健康状况。“华东地区肺部健康公益行”项目将通过移动筛查车的形式普及肺健康知识, 唤起人们对肺癌筛查的重视。 凌溯