高危人群可免费测“艾”

确诊后可申请免费药物

文/片 专刊记者 王伟 通讯员 刘正毅 刘东

12月1日是第24个“世界艾滋病日”,今年的宣传主题是“行动起来,向‘零’艾滋迈进”。让我们行动起来,一起来抵制艾滋病的蔓延,全面预防,积极治疗,消除歧视。

▲杨珊在艾滋病咨询检测室。

烟台属低流行区

11月30日,记者在烟台疾病预防控制中心采访了艾滋病防制科科长杨珊。据杨珊介绍,我们烟台属于艾滋病的低流行区,感染人数非常少。近年来烟台市建立了40家艾滋病自愿咨询检测门诊,本着自愿的原则,既可以咨询也可以检测。其中建立在疾控部门的14家是免费的,其余的26家设在医疗机构和妇幼保健院。烟台市区的毓璜顶医院、烟台山医院、传染病医院、市中医院都可以检测。

自2004年开始,烟台市疾控中心自愿检测门诊开始为市民提供免费检测和咨询服务。同时在输血、手术等常规检测中也逐步增加了艾滋病的检查项目。全市逐步建立了由一家确证实验室和48家筛查实验室组成的艾滋病检测网络,检测人数由2000年的一万人,增加到目前的三十万人。“随着筛查力度的加大,发现了很多既往感染的病例,2005年到2009年之间我们烟台检测出艾滋病感染的人数有所增加,最近三年处于平稳的趋势。”杨珊说。

性接触为主要传播途径

“目前,性途径传播是我们烟台市艾滋病的主要传播途径。是否感染艾滋病不能通过症状来判断,而是要通过血液检测来确定,有感染艾滋病高危行为的人需要做检测。像有商业性行为者,男男性行为人群、婚外性行为者、静脉吸毒者、不安全血液及血液制品接触者,到消毒不严格的非正规诊所、美容院有过拔牙、针灸、美容史的人员可以就近去疾控部门和医疗机构做检测。艾滋病主要有三个传播途径。一是性传播,二是血液途径。从上世纪90年代以后,我国加强了血液管理,血液传播基本上杜绝了。但是90年代前做过手术、输过血、用过血液制品人,需要做检测。三是,母婴传播。”

杨珊说:“为了对双方都负责,建议做婚前最好做艾滋病检查。感染艾滋病的孕妇,可以通过预防用药来预防母婴传播,也叫母婴阻断。但前提是及时发现感染状况,才能采取综合防制措施,通过综合的母婴阻断措施能够使艾滋病母婴传播的几率由30%左右降低到10%以下。”

检测采取保密原则

当被记者问及具体检测方式时,杨珊回答说,艾滋病检测主要通过血液检测,抽取静脉血后,检验血清标本。人感染艾滋病后会产生抗体,这种抗体是特异性的,通过血液检查特异性抗体来确定是否感染。初步筛查阳性的需要进一步做确证实验,我们烟台市疾控中心设置了确证实验室,负责全市上送的筛查阳性标本的确证,通过确证实验就可以最后确定是否感染了艾滋病。市疾控中心的检测门诊,每周一至周五都提供免费的咨询和检测服务,每周三、周五出检测结果。注意检测前不要吃太油腻的东西。

对于确诊的艾滋病患者,市疾控部门会定期随访,了解患者的身体状况,确定是否需要进行抗病毒治疗,对于需要治疗的病人,可以申请免费药物,进行规范治疗。”杨珊肯定地说:“我们中心的检测门诊对于检测者的个人基本信息、行为、过来做检测的事情都是严格保密的,有些人有顾虑,不愿提供真实姓名,也可以匿名检测。咨询检测室仅画着红丝带,没有艾滋病等字样,这主要是考虑到前来进行咨询或检测的人的隐私。检测时,先在咨询室进行采血,血样再送到8楼的检测室,这也是考虑到检测者的隐私,提供人性化的服务,消除他们的顾虑。”

最后杨珊提醒市民:我们不建议自己在家用HIV试纸检测,这不像检测血糖或者检测是否怀孕那么简单,专业医生需要结合检测者高危行为的具体情况综合判断检测结果。还有试纸检测只能做初步筛查,还需要做进一步的确证实验,确认必须在专门的实验室做才行,烟台市的40家自愿咨询检测门诊完全可以满足群众的检测需求,有过高危行为的人最好在咨询门诊找专业的大夫咨询检测,才能得到准确的结果。

医药搜索

肿瘤晚期怎么治更科学

肿瘤极易复发转移,患了肿瘤,往往是手术做了、放疗做了、化疗也做了,可没过多长时间一检查:又复发了、转移了,天哪,这到底是咋了……

肿瘤“复发转移”到底是咋回事

据权威专家介绍,肿瘤是全身性疾病的局部表现,多数患者的治疗都离不开手术、放疗、化疗三步骤,或者是只选择其中某一种和两种治疗方法。治疗结束后,患者普遍认为自己的病已痊愈,但复查时,却发现肿瘤已出现转移或复发。

有的患者自认为,经过手术和放化疗后,即可彻底杀死癌细胞。事实上,这些方法对体内残留的癌细胞无能为力,不能100%完全清除癌细胞,更不能改变人体致病的“内环境”,同时患者经过手术、放化疗后,身体会受到很大伤害,免疫力极度降低,身体虚弱,免疫系统对正常细胞的监控能力及对肿瘤细胞的抑制杀伤力削弱,残存、潜伏在体内的癌细胞反而会迅速增长。据统计,经过手术、放化疗的癌症患者,如不进行合理和正规的治疗,癌细胞复发和转移率极高。

开辟肿瘤治疗新途径

由多国医学专家强强联手,组成癌症课题攻关组,根据肿瘤复发和转移的机理,历时十余年,历经上万次实验,终于研制出肿瘤立体疗法的抗癌药物——香茯斑螯,已获得国家专利保护品种称号(咨询热线:0535-7077885),这是肿瘤药物研发的一次大的突破。“香茯斑螯”的问世开辟了继手术、放疗、化疗之后治疗肿瘤的又一治疗模式。据悉,该药适用于中、晚期各类肿瘤患者。香茯斑螯对肿瘤细胞具有直接杀伤作用,抑制癌细胞蛋白质生物合成及DNA、RNA的合成,诱生干扰素和IL-2;活化人体抗癌基因,释放肿瘤坏死因子(TNF)。

肿瘤的康复护理

肿瘤治疗病程缓慢,患者发病后,无论从生理上、心理上都发生很大变化,要重新建立生活规律,养成良好习惯。专家经过多年研究得出结论:“人们日常生活习惯对战胜疾病和死亡有很大影响。”故每个肿瘤病人应根据自己的病情结合药物治疗安排好自己的日常生活。有规律的生活所形成的条件反射,能使身体各组织器官的生理活动按节律正常进行,如每日起床、洗脸、漱口、进食、排便、锻炼、工作、休息等形成良好的规律,则既能利于身体健康,又能利于肿瘤康复。

肿瘤饮食原则 及注意事项

要保持乐观的情绪,树立战胜肿瘤的坚强信心;适当的运动可使气血流畅,增强机体抵抗力;避免受风寒,“百病从寒起”,身体受风寒刺激时,抵抗力下降,易诱发疾病;饮食应以清淡而富有营养为主,多吃蔬菜和易消化的滋补食品;肿瘤病人热能消耗大,因此饮食要比正常人多增加20%的蛋白质;少吃油腻过重的食物;忌食过酸、过辣、过咸、烟酒等刺激物。

饮食营养是维持生命、保持健康的物质基础。患者养成良好的生活、饮食习惯再配合使用香茯斑螯后食欲和睡眠明显改善,身体有劲,精力充沛。香茯斑螯为广大患者战胜疾病,重返生命绿洲带来了新的希望和曙光。

(杨光)

生活宝典

上班族最新流行“信息强迫症”

“我必须几个小时就刷新一下自己脑海里的信息,否则就会非常不适。”据专家介绍,现在不少上班族不但爱浏览、收集信息,还喜欢发布、交流信息,觉得没有了信息生活就变得乏味。一般还将收集的信息有意识地记下来,日后作为消遣的谈资,而且最害怕的就是电脑网络出现故障,手机欠费停机。一旦如此就会焦虑不安、心情浮躁,总担心因为漏掉重要的信息而给工作和生活带来负面影响。

“信息强迫症”的主要症状:无论何时都会开手机。上班第一件事就是开电脑、检查电话录音。去洗手间、开会或者哪怕泡茶离开一小会儿,回来的第一件事就是检查手机、检查MSN或者邮箱。不断刷新网页、邮箱。每半个月买不同的杂志。每半个月固定逛书店,并且每次购买的书目都较杂。上网浏览信息时总是忍不住点击网页链接。用至少两种以上方法搜索同一关键词,喜欢同时打开许多网页。遇到以下这些问题,将会惊慌失措:手机忘带、网络故障、电脑死机、名片夹丢失等。

当海量的信息带给我们的不是生活的便利,而是力不从心时,可能就会出现“信息强迫症”的症状,要注意自我调节。专家提醒,如果感觉自己不能调节的时候,最好是找心理医生进行咨询。

如果真的搜集信息成瘾,而内心还很接受自己这种做法的话,那属于信息强迫现象,这种现象很容易缓解,周末的时候运动一下,或者找几个好朋友聊聊天,很容易就缓解了,不会对精神或者身体状况产生什么不好的影响。

专家建议,一定要注意转移自己的注意力,平时加强体育锻炼,阅读一些自己喜爱的书籍。

食疗古方攻克老便秘

目前市场上通便产品很多,但是绝大多数含有泻药成分,如大黄、番泻叶、芦荟、决明子、果导片、火麻仁等等。

泻药是通过生化反应强烈刺激肠道神经,让肠道产生剧裂收缩来达到通便目的的。这种剧烈刺激与收缩过程,对肠道神经和肠道粘膜的损伤极大。因此服用泻药,往往腹痛难忍、腹泻难忍,越服越不管用,越服剂量越大!目前市场上还有很多种减肥产品也是利用泻药的腹泻脱水特性来达到所谓减肥目的,这更是为医学专家所不齿。

便秘的形成原因很多很复杂,比如肠胃功能年老衰退,各种慢性疾病长期用药产生副作用,泻药直接损害肠道导致便秘,长期不运动,饮食多肉少蔬菜少水等等。但是不管原因如何,便秘都有着共同的简单特征:即酸碱明显失衡、大便干结、消化不良。

因此要有效预防和治疗便秘,不可简单地一泻了之,最好的方法是针对酸碱失衡、大便干结、消化不良来进行食疗并加以适当运动解决。比如食疗古方中的黑豆野菜熬粥,蚕豆皮磨粉熬粥等都属于这个通便思路。

天膳生物以药膳现代化为己任,广泛挖掘和潜心研究传统药膳,最终运用现代生物技术,**以“黑豆、马齿苋、芹菜叶、金银花、山楂、海藻、菊花、绿茶”8种纯食疗原料**,成功研制出具有“更有效、更安全、更方便”特点的现代化药膳——【御品膳食通】。

该方富含高浓缩膳食纤维及传统“促消化、清火气、平衡酸碱”食疗成分,具有“吸水吸油膨胀松软大便,油滑易排”的物理特性和“营养肠胃、修复肠蠕动”的食疗效果。经国家批准,在北京生产,品名【御品膳食通】,绝无任何泻药成分,老幼孕妇皆适用。

每天仅需服用一次与晚餐同食,8-12小时左右自然排便不肚痛不腹泻;调补结合滋补平衡肠胃环境,逐步恢复肠道蠕动功能,绝无依赖越服剂量越小乃至停服、隔日服或以小剂量维持,越服排便越规律舒适正常。

免费试用 免费送货(外地新顾客可申请先服用后付款)

【御品膳食通】烟台专卖店:新闻中心上夼东路与四眼桥街十字路口西50米路北(四眼桥社区工作站斜对面)

咨询电话:15965154859

教你一招

治疗老人失眠妙招

如果老年人失眠了,首先要采取顺其自然的态度,注意作息时间的规律性。下面,简单介绍以下几方面:

最基本的是做好心理准备,老年人如果出现暂时的失眠,他们刚躺下不久就开始担心入睡问题,这样反而因为担心而加重失眠程度。所以,对失眠引起的症状要采取顺其自然的态度,这样它对人的影响才会越来越小。要避免自己失眠,老年人还要注意作息时间的规律性。睡眠时间要放在晚间,白天可以适当地进行一些体育锻炼,如晨跑、散步、打太极拳等。有睡意时再上床,最好不要在床上看电视。对经常受困于失眠情况的老人,饮食上应以清淡滋补为原则。同时忌抽烟、喝酒,也不能喝浓茶或咖啡。而且,如果睡前能饮一杯热牛奶是最好的。