

菏泽市中医医院血液病科主任、医学博士张子彦普及血液病预防知识:

# 吃红枣、花生,不能根治贫血 头晕、腰酸、无力别轻易忽视

文/陈晨 贾宝生 李晓虎



“听说自己有贫血,就大量吃红枣、花生,认为这样就可以补血;认为贫血患者应输血,有缺就要补。”张子彦说,贫血的种类很多,不能想当然。

## 常吃红枣、花生,不能治疗贫血

今年52岁的王女士患有贫血,但这一疾病并没有引起她的重视,“我经常吃一些红枣、花生、阿胶什么的,应该可以起到食疗补血的作用。”王女士认为。

菏泽市中医医院医学博士、教授、血液病科主任张子彦介绍,贫血不一定是营养不良。不少病人一听说自己有贫血,就大量吃红枣、花生,认为这样就可以补血,不再深究贫血的原因了。其实贫血是血液病的一种常见表现之一,它是一组症候群,许多不同的疾病都有可能出现贫血,要纠正贫血,必须先找到原因,再进一步从“根本”上治疗,而不是单纯依靠红枣花生可以解决。

“有些血液病患者对血液病存在一些错误认知,像是很多人

认为贫血患者应输血,有缺就要补,这是一些患者最直观的想法。”张子彦告诉记者,其实,贫血的种类很多,根据贫血发生的原因,有因叶酸缺乏或吸收障碍而引起的巨幼细胞贫血,有因感染、炎症、慢性肾脏病所致的贫血等,不同原因的贫血要采取有针对性的措施来纠正,补血有许多不良反应,一般在贫血严重,引起缺氧症状明显时,可予以补血,但不是每种贫血都能用补血来解决的。更重要的是即时寻找贫血的根本原因,从根子上来纠正贫血。

张子彦称,很多人存在血液病会传染的想法,其实血液病是以血液、造血器官以及出凝血机制的病理变化为其主要表现特征

的各种疾病,它不具有传染性,因此病人完全不必担心它会传染给别人。

此外,有些患者不愿意接受骨穿检查,认为很伤身体,针对这种常见情况,张子彦说,骨髓穿刺检查是诊断血液病的最基本也最重要的一种检查,操作过程中,要用骨穿针刺入骨髓腔,吸取少量骨髓涂片送检,一般情况下,操作熟练的医生,费时不过10余分钟,正常情况下,无严重的并发症,亦不会有后遗症出现,是不会“伤身体”的。而对患者来说,及时、准确的诊断治疗才是最重要的,如果因为怕做骨穿伤身体而拒绝接受,让疾病继续存在,那才是“伤身体”的事情。

“头晕、腰酸、无力,很多市民都会遇到这样的症状,而在一般人的认知中,这些都是小事,易被人忽视。”张子彦说,遇到这种症状,或许是血液病的临床表现之一,不要轻易忽视。

## 多发性骨髓瘤不易发现,市民要提高认识、早治疗

今年68岁的刘先生平时坚持锻炼,身体状况挺好,但是近一个月来老是觉得腰酸背痛,四肢无力,每次锻炼后要休息好久才能恢复过来。

刘先生到医院检查发现“中度贫血”,立即住院进一步检查,发现尿本周蛋白阳性,血清蛋白电泳发现单克隆IgG明显升高,骨穿发现了大量的恶性浆细胞,诊断为“多发性骨髓瘤”,经血液病科化疗后,多发性骨髓瘤病情得到明显的控制,贫血纠正,又过上了正常人的生活,安享晚年。

刘大爷无疑是幸运的,但是许多人因为疏忽大意等原因,诊断结果出来时已属于晚期。据菏泽市中医医院血液病科博士张子彦介绍,多发性骨髓瘤是骨髓内浆细胞异常增生的一种恶性肿瘤,是近年来发生率增加最快

的血液癌症,我国的发病率已经位居血液系统恶性肿瘤的第二位。

“多发性骨髓瘤好发于50岁以上老人,男性多于女性,”张子彦介绍说,瘤细胞主要生长在骨髓中,尤其好发生在脊椎、肋骨和头颅骨等扁骨上。老人出现骨痛、贫血、蛋白尿、反复感染、手脚麻木等症状时,他们往往会去骨科、大内科、肾内科、呼吸科、神经内科等科室就诊,常会导致误诊,造成初诊时误诊率高达近70%,耽误治疗时间,有时甚至会耽误半年或更长时间。

据张子彦介绍,多发性骨髓瘤临床表现繁多,主要有以下四项:①发热:反复发烧,尤其原因不明的发烧。②骨痛:腰椎间盘突出、骨质增生等导致的骨头疼,吃点药或变换体位就能见

效,使疼痛缓解。而骨髓瘤患者的骨头疼靠吃药、变换体位则不能缓解,反而会越来越重。③贫血:骨髓瘤破坏造血组织,出现不明原因的贫血。④肾功能损害:经常双下肢浮肿、反复蛋白尿、血尿。由于起病缓慢,早期易被误诊误治。

目前,大众对多发性骨髓瘤的认知普遍偏低,张子彦建议患者,近年来本病出现年轻化趋势,当中老年人出现不明原因的反复发烧、反复蛋白尿、血尿,骨头疼时,当挤公交车、弯腰拣东西,甚至打个喷嚏就出现不可思议的腰椎或肋骨骨折时,就要警惕多发性骨髓瘤了。当出现如果血象出现异常,应同时去血液病科就诊,咨询专业医生,确认是否是因为患上多发性骨髓瘤而导致的血象异常,避免延误诊治。

张子彦,这个名字如今在菏泽并不陌生,很多患者大老远来到菏泽市中医医院专程找他看病,亲切地称呼他“张博士”。这位放弃南方优越生活工作环境的医学博士来到菏泽,已经在菏泽市中医医院血液病科这片医学领域开枝散叶、远近闻名。

潜心钻研,利用中西医结合和特殊手法救治血液病患者;

救死扶伤,不少多发性骨髓瘤和再生障碍性贫血患者在他手下药到病除;

不慕功利,婉言谢绝患者家属递上前的红包;

心系患者,为血友病患者能多报销一些医药费而研究报销新规;

这就是病人口中“张博士”,性情温和、为人谦虚和善的他,以渊博的学识、精湛的医术、高尚的医德赢得了患者的信任与满意。如今的他,要用毕生所学,志在为这所中医医院的发展、专业人才培养的建设做出积极贡献,为血液病患者竭尽全力,造福四方百姓。

◀张子彦耐心认真为市民义诊。(资料图)

## 专家名片>>

张子彦,菏泽市中医医院血液病科主任、医学博士,教授,主任医师。主要从事血液病学方面的基础及临床研究。擅长治疗贫血性疾病,如再生障碍性贫血、溶血性贫血等。血液病恶性肿瘤如白血病、多发性骨髓瘤、淋巴瘤的诊断和治疗。在各种出血性疾病、血小板减少及血栓性疾病的诊断、治疗及预防方面有一定经验。

曾入选浙江省2007年151人才工程,还曾参与国家自然科学基金、省市级基金的科研工作,获得省市科技进步奖。并在国内外发表学术论文30余篇,主编专著1部(遗传性血液病学),参编2部。在国内首先报道了遗传性纤溶酶原激活剂抑制物-1缺乏症,对其发病机理进行了深入研究;在山东省率先开展白血病的分子生物学研究,如慢性髓细胞白血病和急性早幼粒细胞白血病融合基因的检测、微小残留病的监测。

## 血液病科>>

【人才队伍】血液病科技术力量雄厚,现有主任医师1名,副主任医师1名,医学博士1名,硕士6名,并拥有一支优秀的护理队伍。病房为优质服务示范病房,为病人提供了舒适、温馨、满意的就医环境。

【仪器设备】拥有全市唯一一台、世界上最先进的临床全自动双激光四色流式细胞仪(FACSCalibur),是目前血液病诊断治疗必不可少的高端仪器,可以广泛应用于临床和科研工作。公司专配单细胞样本制备仪可以保证样本制备精确、结果准确。

【诊疗特色】1、血液系统恶性肿瘤的准确诊断和治疗:强调对白血病及淋巴瘤早期发现、早期诊断、早期治疗的“三早”原则。按照国际标准,完善恶性血液病的细胞形态学、免疫学、细胞遗传学、分子生物学(MICM)等检查手段,力求准确分型。在治疗方面,强调中西医结合、辨证施治、个体化原则,为每位患者提供周密的方案,大大提高了治疗效果。

2、慢性血液病中西医结合治疗:血液病科常见慢性病如再生障碍性贫血、过敏性紫癜、特发性血小板减少性紫癜、溶血性贫血、阵发性睡眠性血红蛋白尿、骨髓增生异常综合征、骨髓纤维化、原发性血小板增多症、真性红细胞增多症等,合理分型,坚持个体化原则,采用中西医结合治疗,疗效确切,不良反应少、治疗费用低。

3、血友病患者的综合治疗。

4、发热性疾病的诊断和治疗。

### 【已开展新技术】

- 1、培元固本胶囊联合西药治疗慢性再生障碍性贫血。
- 2、血液形态学四片联检模式在血液病中的应用。
- 3、清髓透热汤和解郁透热汤治疗急性白血病。
- 4、脱敏紫癜汤治疗过敏性紫癜。
- 5、升板紫癜汤治疗免疫性血小板减少症。
- 6、利用药物相互作用提高环孢素血药浓度的应用。