

## 步行锻炼有益于周围血管病患者

《美国医学会杂志》新近刊文,美国一项研究表明,在伴有和不伴有典型跛行症状的周围血管病患者中,基于家庭的步行锻炼可显著改善步行耐受性、体力活动和相关步行指标。此项研究共纳入194例周围血管病患者,其中72.2%无间歇性跛行典型症状。随机给予患者基于家庭的行为认知行走干预或常规健康教育。主要转归为6个月的时候6分钟步行表现变化,对照结果显示,呈现良好效果。

# 山大二院专家做客“名医在线”

今天19:00-20:30可拨打96706120问询消化内科疾病

“名医在线”栏目本期邀请到山东大学第二医院消化内科王雷和王洪波两位专家接听热线,为读者在线解答各类消化内科疾病相关问题。如果您有消化道疾病方面的困扰,或者想了解消化内镜诊断与治疗方面的新技术,可以在今天19:00-20:30拨打96706120在线问询专家。

本期作客专家  
**王雷 教授 主任医师**

山东大学第二医院消化内镜中心主任,消化内科副主任。曾在美国、日本等国家学习进修。现为美国消化内镜学会委员,欧洲消化内镜学会委员,中华消化内镜分会ERCP学组委。

近年的主要研究领域为消化道早期癌的内镜诊断治疗、胆胰疾病的内镜诊疗。其

中胃肠肌源性疾病的内镜诊疗居于国际领先地位。在国内率先开展了经口内镜下肌层切开术治疗贲门弛缓症;内镜下经胃胰腺脓肿清创术;内镜下胃壁全层切除术等国际领先技术。有近5万余例的内镜操作经验。

**王洪波 博士 主治医师**  
从事消化道疾病的临床诊断与治疗十余年,完成内

镜检查近万例,对消化道早癌及癌前病变诊治积累了丰富的经验。在国内外期刊发表论文近10篇。研究生期间主要从事贲门失弛缓症研究,对肉毒毒素注射及球囊扩张、POEM等有一定心得。曾于2012年在北京协和医院进修1年,对消化科疑难疾病及炎症性肠病诊治积累了一定的经验。

(本刊记者 佟霞)

## 乙肝治疗须把握

### 抗病毒治疗关键点

一项有关慢乙肝的网络调研显示,抗病毒治疗的时机和是否能够实现避免终生服药,是慢乙肝患者最关心的问题之一。对此专家强调,并非所有的患者需要终生服药,“大三阳”患者在实现e抗原血清学转换后,通过至少一年的巩固治疗,在医生的指导下,可以获得停药的机会。

慢性乙型肝炎是由乙肝病毒侵入机体引起的进展性疾病,如不对病毒进行控制,疾病会进一步发展,最终导致肝硬化和肝癌。中山大学附属第三医院高志良教授告诉记者,要实现降低肝硬化肝癌的治疗总体目标,就必须理解及准确把握抗病毒治疗的关键点——e抗原血清学转换,即实现由“大三阳”(e抗原阳性)转变为“小三阳”(e抗原阴性,e抗体阳性),这是慢乙肝患者抗病毒治疗过程中的一个重要临床节点。

短期来说,e抗原血清学转换意味着乙肝病毒复制在较长时期受到抑制,病情处于静止状态,国内外慢乙肝防治指南均将e抗原血清学转换作为抗病毒治疗的重点指标之一。长期来说,e抗原血清学转换表示疾病进展停止或减缓,有望实现持续低水平的病毒复制、纤维化进程的停止或逆转、降低肝硬化硬化的发生,是帮助慢乙肝患者赢得未来优质生活的至关重要的环节。

上海海医院万谟彬教授进一步谈到,明确了慢乙肝治疗关键点,在药物的甄选和治疗方案的制定上便“有据可循”。目前临床上接受抗病毒治疗的慢乙肝患者中有八成使用核苷类似物药物,临床试验结果显示,核苷类药物替比夫定e抗原血清学转换率高达25%,表现卓越。

在谈到肾功能保护的问题时,首都医科大学附属北京佑安医院陈新月教授介绍到,慢乙肝患者的肾功能问题分为几类:一类是乙肝相关性肾病;另一种情况,叫肝肾综合征;第三种情况就是由乙肝抗病毒药物导致的肾功能损害。根据美国《肾脏病/透析临床实践指南》(NKF-DOQI),目前国际上将计算肾小球滤过率估计值(eGFR)推荐为最佳的肾功能评价指标。陈教授指出,使用抗病毒药物治疗慢乙肝是一个相对较长的过程,患者的依从性至关重要,规律性的随访有时候甚至比选择一种正确的药物还要重要。

## 看老电影防痴呆

年纪大了,不少老人会越来越怀旧,孤独感越来越强。长期情绪低落,老年痴呆症危险会增加或病情加重。英国约克郡电影档案馆与保健专家和护理专家联合完成的一项新研究发现,看老电影有助于唤起记忆衰退或丧失等疾病患者对美好往事的记忆,进而缓解老年痴呆病情。

研究人员给参试患者播放的都是上世纪40年代至70年代拍摄于约克郡周围的家庭电影。主题包括大家特别熟悉的假日、体育、校园生活、购物和工作场景等。

约克圣约翰大学社会老年医学家戴安娜·威尔考克斯教授表示,老年痴呆症患者和记忆力尚好的人群都能从老电影中受益。同理,经常给老年人看看老照片,也有同样的功效。

# 房颤增加5倍脑中风风险

## 多数心房颤动患者未得到有效治疗

炎炎夏日,又进入脑血栓的高发季,各大医院每天都会接到突发卒中(中风)的心房颤动病人。专家提醒,房颤病人发生中风的比率要比无房颤者高出5倍。专家强调,抗凝治疗是预防和降低房颤相关中风发病的关键。

据了解,房颤是一种心血管流行病,40岁或以上人群其终身罹患房颤的风险为四分之一。据统计,我国房颤患者人数已达数百万。尽管患病人数不断增加,但是很多人对这一疾病并不十分了解。中华医学会心血管病分

会副主任委员马长生教授提醒,房颤可能导致多种不良后果,最可怕的就是引发相关性脑中风,房颤患者的中风发生率比无房颤者高出近5倍,尤其是夏季天气炎热,人体出汗增加,水分流失快,导致血液黏稠,更易发血栓类疾病。

专家指出,心房颤动引起的脑中风后果非常严重,半数患者可能在一年内死亡。脑中风还可能导致大脑皮质受损,从而引起失语症、严重的肢体无力、意识不清、住院并卧床不起等,严重残疾比例增加近50%。

中华医学会心电生理和起搏分会秘书长杨延宗教授强调,四分之三的心房颤动相关性脑中风是可以预防的,有效抗凝治疗是预防和降低房颤相关中风及其血栓栓塞事件发病率的关键。遗憾的是,我国房颤患者进行抗凝治疗的比率很低,仅不到3%的房颤患者接受了抗凝药物治疗。

专家指出,在抗凝药物治疗方面,经典老药华法林临床疗效明显,但由于容易受食物以及其他药物影响,患者需要频繁去医院验血,调整药物剂量,用少一点可能就没效果,用

多一点存在出血风险,由于使用的麻烦以及安全性上的不确定性导致患者不能坚持用药,从而形成抗凝治疗比例低的现状。

专家介绍,目前,国际新一代抗凝口服药甲磺酸达比加群酯克服了华法林的诸多缺点,它的抗凝可靠性、用药安全性、服用方便性等方面也都得到了证实,为房颤患者提供了抗凝可靠性高、更有效便捷、安全性更高的新选择。日前,该类药物被欧洲心脏病学会(ESC)公布的2012年房颤治疗指南推荐为房颤抗凝治疗一线药物。

# 5岁还尿床小心是夜遗尿症

## 3%遗尿症患者可一直持续到成年

在大多数人的印象里,儿童尿床属于正常现象,或者认为这是一种随着年龄增长会自愈的疾病。然而实际上,5岁以上儿童如果还尿床便是夜遗尿症了,对此,大多数家长并不十分了解。儿童夜遗尿病的知识普及和规范治疗刻不容缓。

### 18岁的“地图宝宝”伤不起

近日,一位18岁的帅气小伙子来到了山东大学齐鲁儿童医院,挂号竟然是夜遗尿症专家。原来,这位身高接近180厘米的小伙子前几日又“画地图”了。据该院儿童夜遗尿病专家范美丽主任介绍,小伙小

时候就尿床,但父母开始并不当回事儿,可是后来十来岁还在尿床,家长就开始责备他,直到18岁还在尿床的小伙子从网上得知自己得的是夜遗尿病,并看到了有关儿童夜遗尿病专家范美丽主任的简介,于是才来就诊。

据范美丽介绍,门诊上这样的病例不在少数,甚至不少还是在白天遗尿,让不少家长和孩子尴尬不已。范主任提醒,必须正视儿童夜遗尿症,并通过科学规范的治疗,让孩子早日摆脱困扰。

勿使儿童遗尿变心理顽疾

据介绍,儿童遗尿症,在临床上指5周岁以上孩子夜间不能从睡眠中醒来而发生无意识的排尿。据统计资料表明,夜遗尿的患病率非常高,约16%的5岁儿童和10%的7岁儿童患有遗尿症,并且有3%左右的患儿会一直持续到成年。儿童尿床虽然普遍,但其负面影响不容忽视。夜遗尿可影响患儿自尊心与自信心,引起注意力不集中、焦躁、多动空想与孤僻等心理异常,甚至导致人格障碍,是目前威胁儿童身心健康的重要因素之一。

范主任指出,解决夜遗尿这一顽疾,是一个相当系

统的工程,要求医生、患者与亲属全面配合,采用有效药物治疗,结合生活管理,心理治疗及功能训练等多种方法,才能真正起到作用。同时还要配合夜间叫醒、控制睡前饮水等行为矫治和诱导、沟通等心理治疗。对家长而言,要特别注意不要过多说教、训斥,更不要在他面前提起孩子尿床的话题,以免刺激孩子的感情。范主任表示,希望通过医生、家长及全社会的共同努力,呼吁全社会共同关注夜遗尿儿童,使他们早日摆脱夜遗尿的困扰,健康、茁壮、快乐地成长。(王红)

## 山大二院赴沂蒙老区义诊

7月26日,山东大学第二医院组织部分党员赴沂蒙红嫂纪念馆举行了党员干部革命传统教育基地揭牌仪式,并在当地进行“送医、送药、送健康”义诊服务活动。

26日上午,在沂南县马牧池乡常山社区义诊现场,由山东大学第二医院25个科室,30余名医疗专家组成的党员医疗队为老区人民开展义诊服务活动,并免费发放药品。专家们耐心问诊,仔细检查,并提供了专业诊治建议、用药指导、健

康宣教等。一上午的时间,医疗队共接诊100余人次,血糖检测80余人次,发放用于农村常见疾病的药品300余盒,发放各类宣传和科普材料300余份。27日上午,专家医疗队一行又来到山大二院合作医院——临沂市经济技术开发区人民医院,开展义诊咨询、病房查房、手术指导等活动,部分党员参观了临沂经济技术开发区建设成果展,老区产业发展和成果令人震撼,让大家深受鼓舞。(王厚江)

## 贫困白癜风大学生获免费救治

近日,“美丽笑脸齐鲁行”救助贫困白癜风患者组委会人员,来到章丘市官庄镇朱家峪村,在了解了该村白癜风大学生小磊的病情及家庭状况后,将其纳入免费救助计划,并将其接到滨州海华白癜风医院接受治疗。

据介绍,小磊是华北科技大学的学生,大一期间脸部患上白癜风,三年来四处求医,花了20余万不见效果,家庭因病致贫,父亲欲再贷款为其治疗。海华白癜风医院院长成爱华表示,小磊的病情属于

脸部偏侧比较顽固的类型,医院将通过规范科学的治疗,让他重归正常的生活。

据了解,自今年7月1日中国中医药科技开发交流中心和海华白癜风医院在济南联合发起“美丽笑脸齐鲁行”救助贫困白癜风患者行动以来,众多患者报名,向组委会申请救助。为此,该院启动了专项基金,将为1000名患者免费检查;为100名患者免费试治;还将全额救助17名脸部患白癜风的家庭贫困的青少年患者。