

美发明能修补心脏缺陷万能胶

美国科研人员开发了一种能让医生在手术室里为患者修补心脏缺陷,或在战场上为伤兵止血的万能胶。他们希望该万能胶最终能取代缝线和固定钉,用在修补心脏、肠道和血管手术上。科研人员是从蛞蝓(slug,俗称鼻涕虫)身体分泌的黏液而得到启发,发明了这种万能胶。他们在猪身上进行的试验显示,该万能胶能在几秒钟内把其心脏缺陷修补好,还可承受心脏跳动的压力,粘住的部分不会爆开。



生命观

齐鲁晚报

A26

2014年1月14日 星期二
编辑:尹明亮
美编:宫照阳 组版:韩舟

加湿器放醋可能致急性哮喘

对含激素正规哮喘药勿抵制,也不可滥用激素抗生素

(上接A25版)

哮喘不可滥用激素和平喘药

哮喘发作时会出现喘息、气急、胸闷等症状。重症患者容易出现意识模糊不清,脉象减弱,如不及时救治,将危及患者生命。“虽然哮喘病不能完全根治,但可以使哮喘病得到完全控制。这也就是说你不能治愈哮喘,但你能控制哮喘不影响到你的生活。”谭镇岳提醒市民,在治疗哮喘病时要遵循专业医生建议,防止进入误区。

由于治疗哮喘病的药物多含激素,不少患者担心,长期摄入激素类药物会对身体

有副作用。对此,谭镇岳解释道,“对于治疗哮喘病,激素类药物是必不可少的。对平时药物吸入,尤其是激素类的药物吸入不应有抵触,事实证明它是安全的。而且吸入的激素剂量小,通常需要2-3周才能显现出其治疗作用,不要随意减量,应在医师指导下应用。”

但是,专家提醒,这意味着可以滥用激素和平喘药物,包括长期服用含有泼尼松等激素的所谓“祖传秘方”、“中药胶囊”、“中药粉”等,或长期反复静脉点滴地

塞米松或甲泼尼龙,或者长期注射长效激素。“很多患者听信小广告,到一些不规范的地方买药,但是这些药物的成分往往都不清楚。有些药物很可能加入了口服的激素类药物和平喘药,对身体有很大危害,”杜向明表示,长期服用此类药物的人容易出现骨质疏松、肥胖以及激素性面容等。“哮喘病患者一定不要随便买药,要到正规的医疗机构治疗,听从专业医生指导。”

专家表示,还有一些哮喘病患者由于对治疗方法并

不明确了解,还存在滥用抗生素的现象。“由于哮喘病是一种气道过敏性炎症,与细菌性炎症截然不同,应用各种抗生素如青霉素、红霉素等都是无效的治疗方法。”

此外,部分患者并不具备哮喘病的典型症状,容易导致漏诊、误诊。很多哮喘儿童被误诊为喘息性支气管炎、支原体肺炎或感冒等,也有很多成年人哮喘被误诊为慢性支气管炎、呼吸道感染等。王新提醒,如果咳嗽症状超过8个周,就该到医院检查,以判断是否患有哮喘病。

哮喘急性发作可致死亡

“哮喘病的最大危害在于其防不胜防,急性发作时器官出现严重痉挛,并引发死亡。”杜向明提醒道。不过,这种致死性哮喘病也不是无迹可寻,专家给大家介绍了几种可识别致死性哮喘病的先兆:

第一,以前发作过高危哮喘病,用过呼吸机或者插管;第二,一年中发作过一次及以上急性哮喘,需要在急诊处或者住院治疗;第三,长期口服激素类药物治疗哮喘病,或刚停用此类药物不久;第四,发作时使用缓解哮喘的药物,每个月使用1支以上。

王欣告诉记者:“对于哮喘病的治疗一般可分为两个时期,急性发作期和缓解期。”在缓解期,治疗一般以吸入性激素药物为主,“哮喘病的急性发作,一般是由于感染或者过敏所致,这时最重要的是先治疗发病原因,消除哮喘诱因,可能需要全身应用激素治疗。”

谭镇岳提醒道,哮喘的治疗并不仅仅在发作期,缓解期的治疗尤为重要。“哮喘

是一种慢性反复发作的疾病,需长期治疗,过去大多数病人采取应急的办法,只在哮喘发作时想起治疗,而在缓解期则不用任何药物,这样反复发作,久而久之引起肺气肿、肺心病等严重并发症。”

哮喘的现代治疗重点应放在缓解期,即以抗炎作为治疗哮喘的首要原则。通过缓解期的治疗,可增强体质、提高机体免疫力和长久的御病能力,彻底消除气道内的炎症,从而达到预防哮喘发作的目的。

谭镇岳进一步表示:“用预防类药物治疗,开始时情况改善得很慢,通常要使用几个星期,药物才能发挥最佳效用,但对预防哮喘发作十分有效,必须坚持定时用药,这样才能延长哮喘的缓解期。”

“很多病人的依从性并不好,回家后并不按时服药,或者服药的方法不对。这都会影响到药物疗效和病症的恢复”,王欣提醒患者,服用药物一定要遵从医生的指导。

喘息型支气管炎、支气管哮喘、心源性哮喘鉴别要点

| | 喘息型支气管炎 | 支气管哮喘 | 心源性哮喘 |
|-------|------------------------------|------------------------|------------------------|
| 发病年龄 | 各年龄均有,但以40岁以上多见 | 儿童及青年多见 | 多见于40岁以后,风心病者可见于青年人 |
| 病史 | 有慢性支气管炎史,哮喘发作前常有感染史,部分病人有过敏史 | 常有过敏史,有阵发性哮喘史,无心脏病史 | 有心脏病史 |
| 发作时间 | 冬春季多发,发作随感染而加重,治疗后渐渐缓解 | 随时均可发作,诱因常明确,突然发作,突然缓解 | 常在夜间熟睡中或劳累后突然发作 |
| 间歇期症状 | 慢性咳、痰、喘 | 无症状 | 各种心脏症状 |
| 肺部体征 | 干、湿啰音与喘鸣音并存,间歇期仍有干、湿啰音 | 满肺哮鸣音,间歇期听诊正常 | 肺底密集湿性啰音为主,可闻哮鸣 |
| 心脏体征 | 正常 | 正常 | 心脏增大,心率甚快或心律失常,时有病理性杂音 |
| X线检查 | 双下肺纹理粗乱,肺气肿 | 肺野清晰或肺气肿 | 肺淤血、心脏增大 |
| 治疗 | 对抗生素、平喘药有效 | 对平喘药、抗过敏药、皮质激素有效 | 对洋地黄、利尿剂有效,吗啡效果好 |

哮喘病人应慎用空气净化器

持续的雾霾天气,让空气净化器热销,实际上,据医生提醒,哮喘病人应慎用空气净化器。

“空气净化器可以用。但哮喘患者若在使用空气净化器的过程中,出现过敏症状,应立即停用。有哮喘患者的家庭,可以考虑种植一些盆栽植物,但要防止花粉过敏。”专家同时说,哮喘和慢阻肺的病人选择口罩时也应注意,口罩纱布太密,可能影响正常呼吸,应当选择厚度适当的口罩。

至于有些市民为了消毒空气,向加湿器中放入食醋、食盐等做法,专家也表示这不可取。此举不但对健康人不利,甚至会引起哮喘和慢阻肺的急性发作,造成生命危险。因为醋通过加湿器释放出的气体,成分发生变化可能会损害呼吸道黏膜。

专家建议,日常生活中可通过锻炼加强对肺功能的训练,比如呼吸的时候延长呼气的时间,约为吸气时间的两倍左右,每周可做2次,每次20-30个呼吸循环。

居住的室内应当通风,勤换床单、被罩、枕套、窗帘等;尽可能避免饲养宠物,例如猫、狗、鸟等;避免过量运动,防止由于运动过量诱发的运动性哮喘;穿着上应当随着温度的变化增添衣物,避免羽绒、毛绒等异物吸入而诱发。同时,哮喘病患者要注意清淡饮食,因为饮食中也包含一些过敏性物质,例如鱼虾等,过敏体质的人应尽量少吃。”要在饮食上加强营养,多多摄入优质蛋白,例如牛奶、鸡蛋和豆制品等。

心理视窗

年关谨防

“心理焦虑综合征”

杨黎明

年关之际,总有各方面的压力蜂拥而至,难免使人心理上产生各种莫名的焦虑。如果自身无法调适,很容易给自己的身心带来巨大的伤害。

从大体上讲,有三类人容易产生“年关心理焦虑综合征”:一种是学历和经济收入以及社会地位均较高的人;另一种是学历、经济收入以及社会地位均较低之人。第三种便是学历高,经济收入低,还在为前途打基础的人们。

咱们先说第一种,这类人通常在企业界、政治界,或其他各个行业当中扮演着极其重要的角色。虽无生存压力,但“地位”与“责任”成正比,每到年关之际,也是他们接受上级或同行考评之际。满额完成上级下达的任务或自己制定的目标,是他们最揪心的事。因为能否完成这些任务或达成某个目标,事关他们的“前途”和“钱途”。你说,能不焦虑吗?

第二种,通常是指那些仍在温饱线上下挣扎的人们。每到年关这个时候,他们心里总是难免要为一家老小过年的衣食住行而犯愁;除此之外,还得为筹措不齐钱来偿还家庭债务,甚至为孩子明年开春的学费问题而忧心忡忡。

第三种焦虑人群,便是那些即将踏出校门进入社会谋生,或者刚入职场时间不长,“江湖地位”不高,工作和收入均不稳定的人群。这类人群以学历高、收入低,生活状况不稳定为主要特征。他们通常面临“择业”和“择偶”的双重压力而导致心理焦虑。因为每到年关,他们总不免要回家向家长和亲朋好友“汇报”自己一年来的工作和感情上的“成绩”。

从焦虑成因上来分析,“年关焦虑综合征”主要有“经济压力焦虑”、“工作压力焦虑”、“情感生活焦虑”、“人际关系焦虑”等几种。那么,我们该如何科学有效地缓解我们的心理焦虑呢?缓解“经济压力焦虑”,除了平时尽可能地增加日常收入外,还得根据自己的收入水平做好长远的经济计划。收入水平较低或者工作不稳定和收入不稳定的人群,千万不能超前消费,或者无计划地随性消费。这都可能将自己的生活推进一种难以摆脱的恶性循环状态。

缓解“工作压力焦虑”,则需标本兼治。“治本”,是在每年的年初就得制定合理的工作计划或工作目标。对自己的工作能力以及现有的工作资源进行合理评估。“治标”,则是工作之余务必全情投入于某一种自己非常感兴趣的娱乐活动中,尽可能地让自己全身心地放松。

缓解“情感生活焦虑”,除了学会自我调适外,还需家庭成员之间相互体谅和鼓励。当一个年轻人正处于情感生活焦虑期时,作为其家人或朋友一定得多给予开导和鼓励。切不可不识相地对其催促、挖苦甚至嘲讽,这如同火上浇油或吹风。这种愚昧的言行,不仅无法帮助逆境中人,而还可能成为引发悲剧的“导火索”。

心有多宽,“焦虑”便离我们有多远。生活中总是风云变幻,难以预测。唯有乐观的心,才是我们人生道路上永远的“通行证”。