

平均每天夺走4000多个生命

结核病仍是全球头号传染病杀手

本报记者 焦守广

3·24世界防治结核病日即将到来,今年我国的活动主题是:“开展终结结核行动,共建共享健康中国。”数据显示,全球有1040万人患结核病,已成为全球头号传染病杀手。为了进一步加强结核病的防控,3月23日,山东省结核病防治中心、山东省胸科医院等单位将联合举行结核病日主题宣传系列活动。

结核病多发于贫困和弱势群体

每年开展的3·24世界防治结核病日纪念活动,目的是提高公众对结核病危害以及结核病对社会和经济发展影响的认识,并加紧努力终止全球结核病流行。尽管过去几十年全球结核病防治工作取得了重大进展,但结核病仍然是全球头号传染病杀手,每天夺走超过4000人的生命。

2017年世卫组织全球结核病报告显示:全球有1040万人患结核病,2016年有180万人死于结核病。山东省胸科医院结核内四科主任迟晶宇告诉记者,虽然任何人都可以感染结核病,但结核病主要发生在生活贫困的人群、边缘化的社区和群体以及其他弱势群体中。包括:移民、难民、矿工和其他工作和生活在高风险环境中的人、老年人、一些特殊环境中的妇女和儿童等。

营养不良、住房和卫生条件差等因素都可以增加罹患结核病的风险。烟酒和糖尿病可以影响结核病的易感性和护理。此外,结核病往往造成灾难性的家庭支出,导致贫困和健康不良的恶性循环。耐多药结核病(MDR-TB)的传播更增加了这些担忧的紧迫性。



常常熬夜吸烟,肺里长满结核

“嗓子、呼吸道和肺里长满了结核,来的时候都是昏迷的……”迟晶宇曾接收过一名年轻男性结核患者,年龄只有17岁,经过检查发现男孩属于结核性脑膜炎,是结核病里比较严重的。小伙早早辍学,在外打工,由于工作场所相对密闭,再加上经常熬夜,饮食不规律,导致免疫力下降,染上了结核。

“小伙家庭条件不太好,病情又十分严重,当时他家人是打算放弃治疗的”,迟晶宇和同事们看孩子这么小,都觉着可惜,一边劝慰患者家属,一边尽心救治。经过一番努力,最终将孩子从死神手里抢了回来。

迟晶宇说,相比艾滋病、肝炎等传染病,人们似乎对结核病知之甚少,尤其是现在的年轻人,感觉结核病还很遥远。事实是,目前医院病房中,恰恰多半是年轻人,占了很大一部

分比例。“现在的年轻人都都喜欢熬夜,饮食也不太规律,再加上抽烟喝酒,抵抗力能不下降吗?抵抗力一下降,结核菌就会乘虚而入。”

防控结核,首要控制传染源

“要控制它,就要使它不在人群中传染和播散”,迟晶宇说,防控结核病,首先要减少传染源,使它不在人群中传染和播散。对于一些容易患肺结核

的人来说,要定期去医院进行检查,也叫重点人群筛查。比如与肺结核病人有密切接触的人员、糖尿病、尘肺、肾功能不全及免疫系统疾病的患者、长期应用激素或免疫抑制剂的人员、艾滋病感染者或病人。

患病后要积极治疗。对肺结核的治疗必须要规范,一般肺结核要治疗6-8个月才能彻底治愈。因此,一定要遵医嘱,不能随意停止治疗或断断续续治疗。否则,不仅不能治愈,还很容易变成耐药结核病。通过一定时间的规范化治疗,肺结核患者就基本没有传染性了,这样就达到了控制传染源的目的。

另外还要保护没有感染结核的人群,使他不得感染或者不发病。卡介苗是预防结核的,在婴儿出生后24小时内做好卡介苗接种有一定的保护作用。注意营养,适当运动,保持良好心态,戒掉不健康的习惯等,增强自身对疾病的抵抗能力也能有效地防止结核病的发生。

为了宣传结核病防治知识,进一步加强结核病的防控,山东省结核病防治中心、山东省胸科医院等单位将联合举行结核病日主题宣传系列活动。

活动时间:2018年3月23日上午9:30-12:00;**活动内容:**咨询义诊、健康体检;**活动地点:**一、济南市历城区王舍人街道大辛庄村村委会广场;二、山东省胸科医院东院。

我献血 我快乐 20年献出18个成年人血量

3月5日是第55个“学雷锋纪念日”,潍坊的“献血达人”刘建强也迎来了自己献血20周年纪念日。今年44岁的刘建强无偿献血20年,献血148次,献血量达到7.84万毫升,相当于18个成年人的体内血液总量。在20年坚持献血的日子里,刘建强已经攒了近百本献血证,4次获得“全国无偿献血奉献奖金奖”。

从22岁到44岁,献血已经成为他生活中的一部分,他说,自己将继续坚持下去。(明喆 杨亚宁 摄)



《气络论》专著在第十四届国际络病学大会首发——对神经、内分泌和免疫系统疾病治疗有重要价值

3月17日,由张运、石学敏、程书钧、唐希灿、吴以岭等八位我国两院院士参加的第十四届国际络病学大会在济南召开。会上吴以岭院士发布了中医气络学说的最新科研成果,举行了由他主编的《气络论》专著首发式。气络学说是我国中医药界近年来重大学术创新,系统阐释了气络病发生发展规律、基本病理变化、临床症状特征及辨证治疗用药,有效指导神经、内分泌、免疫类疾病如运动神经元疾病、2型糖尿病、恶性肿瘤等现代重大疾病的治疗,以气络学说为指导研发

的系列络络药物疗效显著,证实了该学说对重大疾病治疗的重要价值。中医认为,人体是由多个脏腑器官有机结合组成的整体,各脏腑器官之所以能长期正常运行,共同维护人体在自然环境中的健康状态,与气络功能密切相关。气络是人体内运行经气的网络,它就像现代生活中不可缺少的“互联网”一样,时刻监控着各个脏腑器官的运行状态,在各个脏腑器官之间输送营养和信号,协调人体内环境的稳定平衡,同时还能起到“防火墙”的作用,防止外界“病毒”侵入人体。

近四成城市居民存在睡眠问题 “心身与睡眠障碍”特色门诊正式开诊

本报济南3月21日讯(见习记者 张如意) 21日是第十八个“世界睡眠日”。当天,山东省精神卫生中心举行“2018年世界睡眠日大型义诊活动”,吸引了众多受睡眠障碍困扰的居民。为更好地解决广大居民的睡眠问题,当天省精神卫生中心开设的“心身与睡眠障碍”特色门诊也正式开诊。

专家介绍,人的一生约有1/3的时间是在睡眠中度过。随着人们生活压力不断增加,越来越多的人患上失眠。据世界卫生组织调查,27%的人存

在不同程度的睡眠问题,失眠已经成为一个影响现代人健康的重要问题。而据中国睡眠研究会全国调查问卷统计显示,高达38.2%的中国城市居民(成人)存在着不同程度的失眠。

专家提醒,要改善睡眠首先在白天,患者应进行适量运动,保持身体健康。下午四点以后避免使用咖啡、茶、尼古丁或其他刺激性物质;睡前避免大吃大喝或进食不宜消化的食物。睡前两小时避免剧烈运动且不宜观看容易引起兴奋的影视节目;入睡时,注意不要一直

去看闹钟,如果你的床伴有经常醒来或打鼾的习惯,眼罩或耳塞对你有帮助。

省精神卫生中心专门开设“心身与睡眠障碍”特色门诊,并于21日当天正式开诊。门诊服务特色病种:各种原因的失眠、睡眠呼吸障碍、发作性睡病、不宁腿综合征、睡眠行为异常等睡眠障碍、躯体疾病伴发焦虑、抑郁等精神障碍,心理因素相关生理障碍、躯体症状障碍、转换障碍、疾病焦虑障碍、躯体形式障碍等心身障碍。

口腔健康公益讲座进校园

本报济南3月21日讯(记者 焦守光) 3月20日是世界口腔健康日。19日下午,山大口腔医院走进济南市育新小学三年级开展“世界口腔健康日”公益大讲堂及义诊活动。

山大口腔医院医生给同学们上了一堂关于爱护口腔健康的课程,现场反响热烈,同学们和医生积极互动,讲课结束后,医生给同学们做

了全面的口腔检查,同学们珍惜机会,认真大胆地描述自己的口腔问题,并决心爱护自己的口腔健康。

通过本次活动,在校园普及宣传口腔健康知识,增强口腔健康观念和自我口腔保健的意识,帮助同学们树立正确的口腔保健行为,提升同学们健康卫生的生活习惯,本次公益活动深受老师和同学们的欢迎。