

慢性肾病年轻化,预防应从儿童开始

女学生吃半年减肥药查出尿毒症

3月10日是“世界肾脏日”,今年的主题是“预防慢性肾病,应从儿童开始”,上海市医学会肾脏病分会主任委员、仁济医院肾脏科主任倪兆慧教授告诉记者,近年来,我国慢性肾病患者呈年轻化趋势,不少肾病发病期就在儿童时期,但由于慢性肾病早期没有明显症状或症状很轻微,等有症状到医院检查时已是肾衰竭或尿毒症此等严重后果,十分令人痛心。

近年来,慢性肾病的发病率在国内外都呈上升趋势,我国成年人人群中慢性肾病的患病率为10.8%,约合1.2亿的庞大人群,由于继发性肾病患者伴随高血压、糖尿病、痛风、红斑狼疮等发病率的提高,我国慢性肾病发病率与死亡率均呈逐年增加态势。

专家还谈到慢性肾病患者有年轻化趋势。倪兆慧教授告诉记者最近刚接手的病例:一个女学生在加拿大读书16年,一路读到研究生,最近回上海旅游,并体验时髦的“旅游体检”,一查,尿毒症。姑娘此前吃了大半年的减肥药,这被倪兆慧认为是最可疑的诱因。另一个患者是上海某高校的大学生,兼职当健美教练,最近到仁济医院一查,已经肾衰竭了。细问之下,这个男孩为了练出肌肉,每顿饭只吃蛋白粉,蛋白粉质量不过关,娇嫩的肾脏直接受罪。

专家谈到,慢性肾病袭击年轻人与过多使用劣质美白护肤品、减肥药、染发剂等相关。比如,不少女士都喜欢化妆,尤其偏爱一些美白产品,但如果长期使用劣质美白产品,其中含有大量铅、汞,铅汞中毒会导

致急性肾衰竭。

专家提醒,其实许多成年肾病始于儿童期,认识儿童时期就存在的肾病高危因素及事件,对识别并早期干预慢性肾病、预防降低尿毒症有积极作用。在生活中,定期体检是发现慢性肾病的首要方法。生活中,如果出现眼睑、下肢浮肿,尿中泡沫增多,尿色加深,夜尿次数增多,尿频、尿急、尿痛,食欲减退、恶心、呕吐,皮肤瘙痒,贫血,血压升高(尤其是年轻人)等症状都应尽早去医院就诊,排查肾脏疾病,避免延误病情。

从10日开始的“上海肾脏周”,上海市医学会肾脏病分会编印了肾脏疾病健康科普手册,将陆续送入学校、社区,帮助更多人群尤其是帮助儿童养成健康的生活方式,科学地防病治病。 ■文慧

寨卡引神经系统病变

性传播比假定更普遍

据新华社 伴随当前寨卡病毒在美洲肆虐的脚步,医学界也正汇集更多证据,揭示关于寨卡病毒的更多特性。世界卫生组织总干事陈冯富珍8日在日内瓦表示,寨卡病毒会引起小头症及神经系统病变,并且通过性接触传播寨卡病毒的可能性比此前医学界的假定更普遍。

寨卡病毒引起神经系统病变

世卫组织8日在日内瓦就寨卡病毒召开第二次紧急委员会会议,委员会专家认定不断增加的证据显示寨卡病毒与小头症及其他神经系统病变存在因果联系。

陈冯富珍在会后举行的记者会上表示,大量临床及病理学方面的新研究显示,寨卡病毒与胎儿畸形和神经系统病变的关联增强。

陈冯富珍说,研究人员在孕妇羊水中发现了寨卡病毒,证据显示寨卡病毒可穿透胎盘屏障感染胎儿,容易影响胎儿发育中的脑组织和脑干。在孕妇流产、死产和终止妊娠的案例中,研究人员在其胎儿的血液、脑组织和脑脊髓液中也发现了寨卡病毒。

性传播较假定更普遍

伊蚊叮咬此前被认为是感染寨卡病毒的主要渠道,但陈冯富珍说:“来自多个国家和地区的调查及报告显示,通过性接触传播寨卡病毒比此前假定更普遍。”

美国疾病控制和预防中心2月报告,该国一名患者通过性接触感

染了寨卡病毒。法属玻利尼西亚曾于2013年12月暴发寨卡热,当时检疫人员在一名男性患者的精液中分离出寨卡病毒。

美国疾病控制和预防中心指出,寨卡病毒在精液中的存活时间可长于在血液中的存活时间。在已知的可能由性传播的病例中,男性患者曾出现过病毒感染症状,而寨卡病毒可在患者发病前、发病中及发病后传播给其他人。

世界卫生组织寨卡病毒紧急委员会8日发布寨卡病毒最新防控建议,不建议孕妇前往寨卡热疫区旅行。如果孕妇的性伴侣生活在疫区或曾前往疫区,应确保他们在孕期发生性行为时采取安全措施或节欲。

风险不容忽视

医学界曾认为寨卡病毒一般仅引发轻微发热、皮疹、结膜炎、肌肉和关节痛等轻微症状,考虑到寨卡病毒会引起神经系统病变的特性及南半球登革热高发期来临,寨卡病毒引发的风险不容忽视。

目前,全球共计有47个国家和地区报告出现寨卡病毒的本地传播,分布在美洲、亚洲、非洲和欧洲,大洋洲也报告了输入型寨卡热病例。在南半球的部分国家和地区,由传播寨卡病毒的同种蚊媒导致的登革热病例通常将在1月至5月的雨季中增长。中国已发现输入型寨卡热病例,陈冯富珍说:“从地理分布看,埃及伊蚊集中于中国南方地区,这一地区春季及雨季即将到来,采取预防性措施十分重要。” ■张森

“低头族”头晕目眩可能患上“耳石症”

据新华社 医学专家表示,在日常生活中,“低头族”在出现天旋地转、恶心等症状时,有可能是患上了耳石症。这种耳疾虽不被大多数人知晓,但其发病率明显增多。

重庆南岸区38岁的崔先生是一名企业白领,工作时间长期坐在电脑前伏案工作,微信、微博等社交软件也是其工作一部分,近日他突然感觉头晕目眩,同时伴有恶心呕吐症状,医生抱着崔先生头部巧妙地“摇一摇”后,从耳朵里取出了芝麻大的一粒“石子”。

第三军医大学新桥医院耳鼻喉咽喉科主任邓安春介绍,在临床上,头昏眩晕的患者中,大约70%是耳源性疾病导致,其中有近一半是耳石症所致。

专家分析,耳石一般如芝麻大小,不但负责听力,还负责平衡能力,耳内的血供、外伤等原因都可能导致耳石脱落。像崔先生这种长期伏案工作的白领,就是因为长时间固定姿势,如长时间低头玩手机、从而引发耳石脱落。

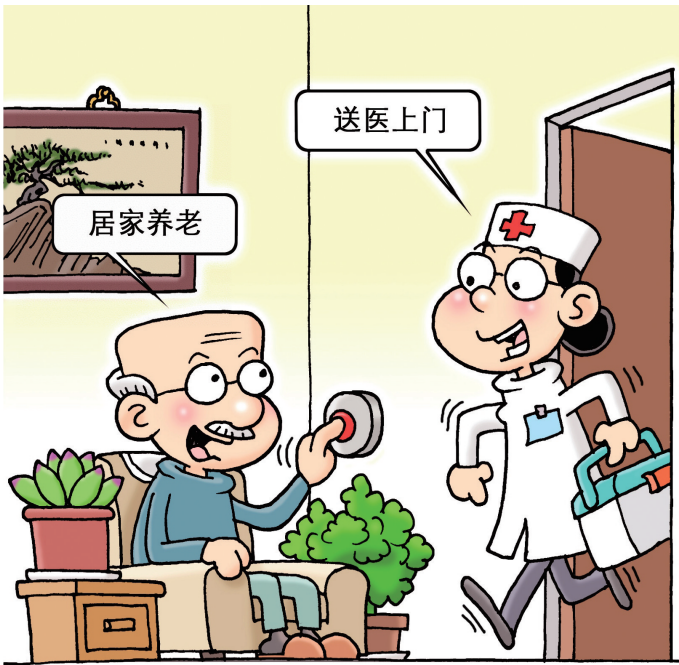
在正常情况下,耳石附着于耳石膜上,一旦脱落,耳石就会在内耳内淋巴的液体里游动,当人体头位变化时,这些耳石就会随着液体流动而运动,从而刺激半规管毛细胞,导致眩晕。 ■忻华

环保部确认将设水、大气、土壤三司

据新华社 针对一些媒体对环保部内设机构调整的传言,环保部近日在官网上正式回应,确认中央有关部门已于去年2月批复同意环境保护部机构编制作部分调整,不再保留污染防治司、污染物排放总量控制司,设置水、大气、土壤三个环境管理司。

环保部回应称,这是贯彻落实中央关于加强生态环境保护、推进以改善环境质量为核心的各项工作有效开展的重要举措。为积极稳妥推进这项工作,一年来进行了认真调查研究,广泛听取了各方面的意见。在此基础上,研究制定了实施工作方案。

环保部表示,由于机构调整涉及面广,内部职能、运行机制的建立和人员配备完全到位尚需要一个过程。待整个工作完成后,环保部将专题向媒体发布。 ■白国龙



医养结合

提请十二届全国人大四次会议审查的“十三五”规划纲要草案提出,要积极应对人口老龄化,开展应对人口老龄化行动,加强顶层设计,构建以人口战略、生育政策、就业制度、养老服务、社保体系、健康保障、人才培养、环境支持、社会参与等为支撑的人口老龄化应对体系。促进人口均衡发展,健全养老服务体系;建立基本养老金合理调整机制;实现职工基础养老金全国统筹,完善职工养老保险个人账户制度;建立以居家为基础的多层次养老服务体系。 ■新华社 徐骏

春季谨防麻疹

春季是麻疹的易感期,杨浦区疾控中心近年监测数据显示,每年初始时,本区的麻疹发病数处于较低水平,进入3月份,麻疹的疫情开始迅速上升,近两年3月份的麻疹病例数达到同年2月份的7倍以上。

许多市民认为,麻疹只是简单的发热、出疹,且休息几天就会康复,但事实上麻疹非常容易引起许多并发症,如肺炎、喉炎、脑炎、心肌炎等,是儿童的主要死因之一。

人类对麻疹普遍易感,凡是未得过麻疹又未接种过麻疹疫苗者,接触麻疹病人后,均易被感染而发病。在普种疫苗之前,我国麻疹发病主要集中在6个月至5岁年龄的儿童;但自广泛接种疫苗后,发病年龄有所推迟。

麻疹是一种传染性极强的疾病,可以在麻疹病人的说话、咳嗽或打喷嚏时通过飞沫传播。如果房间里有1个麻疹病人,那么即使在他走后2个小时内,无免疫力的人进入这个房间也有感染麻疹的可能性。

一般来说,麻疹病人发病时首先表现为发热、流涕、咳嗽等,之后3—7天内出现红色斑疹,出疹前4天至出疹后4天内均有传染性,因此病人可能在自己出疹前,就已经传染给了别人。

接种疫苗是预防麻疹最有效的措施。儿童常规需要完成3剂含麻疹成分疫苗的接种:8月龄接种1剂麻疹疫苗或麻风疫苗;18月龄和4岁各接种1剂麻腮风疫苗。适龄儿童可以前往就近的社区卫生服务中心进行接种。

没有接种过含麻疹成分疫苗的成年人,尤其是大型工厂企业的新进职工、医护人员和护工、学校的教职人员,在人员密集场所工作和容易接触儿童及免疫力低下的人群,可尽早前往辖区内社区卫生服务中心接种疫苗。

4—6月份是麻疹的发病高峰期,麻疹疫苗的起效一般需要一段时间,但接种后抗病毒的保护力可以持续多年。因此,建议在高峰来临前做好准备。

杨浦区疾病预防控制中心

中年人预防青光眼须“三早”

据新华社 3月6日至12日是世界青光眼周,今年的主题是“关注青光眼,光明伴我行”。专家表示,青光眼早期无症状,或症状与其他普通眼疾类似,一些患者因延误治疗而致盲,因此,青光眼的预防和治疗应遵循早期筛查、诊断、治疗的“三早”原则。

近两年,重庆沙坪坝区63岁的秦大妈视力不断下降,她以为是正常的老年性视力下降或老花眼,就自行去配了老花镜。可她戴了眼镜后不但没好转,视力仍在持续下降,到医院就诊后,被诊断为中晚期青光眼,视神经已经萎缩,未来很可能会失明。

第三军医大学新桥医院眼科主任袁容娣介绍,青光眼是指眼内压不

断上升,超过了双眸所能耐受的最高限度,导致视力下降甚至失明的一种眼病,其最大的危害在于,其引起的视力损害是不可逆的,已成为世界首位的不可逆性致盲性疾病。

袁容娣说,有的青光眼患者早期没有任何症状,有时青光眼发作时,会伴有头痛、恶心、呕吐等,很容易误诊为急性胃肠炎或神经系统疾病。另外,青光眼的急性发作期容易与急性结膜炎相混淆。

袁容娣建议,普通人群40岁后应每隔2—3年检查一次,60岁后应每年检查一次。青光眼高危人群,如有青光眼家族史、高度近视人、糖尿病患者、有眼外伤史等人群,更应高度重视眼科检查,最好35岁以后就每年筛查一次。 ■赵宇飞

全球变暖致地区降水增加

据新华社 一个国际团队日前在《自然·气候变化》杂志上发表报告说,随着全球变暖现象加剧,包括很多干旱地区在内的世界上大部分地区极端降雨和降雪事件都会有所增加。

由于暖空气中含有大量水汽,此前的研究已指出,全球变暖会增加极端降水事件,但科学界对受影响地区的范围有多大一直存在争议。

澳大利亚新南威尔士大学研究人员领衔的团队对1951年至2010年间约1.1万个气象观测站收集的数据进行了分析。

结果显示,这期间在北美洲西部、澳大利亚以及亚洲部分地区等干旱地区,无论是年均降水量还是

极端降水事件,每十年就会上升1%至2%。对于北美洲东部以及东南亚这样的潮湿地区,极端降水事件出现了类似的增长趋势,年均降水量有小幅上升。

研究团队随后利用气象模型来验证这一观察结果,计算得出的结论基本与观察结果一致。

报告作者之一、新南威尔士大学的研究人员马库斯·多纳特说,无论是潮湿还是干旱地区,都能看到降水上升的趋势。因此,各国政府有必要加大防洪等设施的建设投入,以应对越来越多的降水,尤其是那些还不习惯强降水的干旱地区。 ■张家伟