

资深海鲜爱好者“望洋兴叹” 痛风危害不仅表现在关节

通讯员 应晓燕 本报记者 戴虹红

67岁王先生是痛风患者,但即便如此,也无法抵挡他对海鲜的热爱。他常说:“即使吃止痛药,也不能妨碍我享受海鲜的美味。”

可最近开渔后,王先生却只能“望洋兴叹”,原因是痛风引发肾功能不全。

王先生痛风已有7年多。每次发作,他都是自己到药店买点止痛片对付,一颗效果不好,就吃两三颗。家人多次劝说他到医院检查,但王先生都没有放在心上。不仅如此,平日里,他还海鲜、啤酒照吃不误。

最近一个月,情况越发严重,关节痛反复发作,几乎没有间歇期。实在难以忍受,王先生这才到浙江省立同德医院肾病风湿科检查。结果显示,他不仅尿酸高,尿中有痛风结晶,还出现肾功能异常,血肌酐有212微摩尔/升,肾小球滤过率只剩下26毫升/分钟(参照王先生的年龄,正常肾小球滤过

率应大于60毫升/分钟,低于15毫升/分钟就是慢性肾脏病5期,接近透析阶段)。

肾病风湿科医生马上为他安排住院治疗,检查发现,王先生的肾脏损害与长期高尿酸以及不正确使用止痛药有关。住院期间,医生为王先生制定了中西医结合治疗方案,包括生活方式的调整、降尿酸等。经治疗,王先生的关节痛明显缓解,血尿酸和血肌酐都恢复正常。

该院肾病风湿科主任陈钦说,近年来,高尿酸血症患病率逐年增加,已成为继糖尿病之后又一常见代谢性疾病。既往痛风多见于50岁中年男性,但目前已越来越年轻化,中学生、大学生因高尿酸血症或痛风就诊的不在少数,甚至有10岁就得痛风的病例。

医生提醒,痛风的危害不仅表现在关节,还会导致急性或慢性肾脏病变,如急性尿酸盐肾病、慢性尿酸盐肾病、尿酸性泌尿系结石。同时,治疗痛风的药物使用不当,也会损害肾脏。痛风治疗分为急



性发作期和缓解期,不同时期药物选择不同。很多患者在痛风急性发作疼痛时,常常会自己服用非甾体止痛类药物。虽然可暂时缓解疼痛,但长期运用会出现肾脏间质损害,最终导致肾功能衰竭。

陈钦表示,痛风性肾损害非药物治疗最为重要的当属生活方式管理,包括饮食控制、戒酒、肥胖者减轻体重等。其次是控制发病的危险因素,包括高脂血症、高血压、高血糖和吸烟。但他也提醒,饮食控制不能代替降尿酸药物治疗,遵医嘱选择合适的降尿酸药物治疗相当重要。

新研究揭示晒后 皮肤为何不立即变黑

为保护皮肤免受紫外线辐射伤害,人体在遭受辐射后修复皮肤细胞中DNA损伤,并增加黑色素产生,使皮肤变黑,防止将来再次受到辐射损伤。但很多人晒太阳后,不会立刻变黑。

以色列特拉维夫大学研究人员领衔的一项研究发现,人体受到紫外线辐射伤害后,会优先启动皮肤细胞DNA修复机制,暂时抑制色素沉着的相关机制,只有在细胞尽其所能完成修复后,才会开始产生更多黑色素。这也是为什么暴露在阳光下时,皮肤不会马上变黑,而是在数小时甚至数天后才开始变色。

研究人员还介绍在这一DNA修复机制中发挥重要作用的蛋白质如何运作,并表示这些研究成果为进一步开展相关研究打下基础,也为拓展创新性手段防治皮肤疾病、预防皮肤癌带来启发。 据新华社

AI大脑植入技术 恢复患者感觉和运动

据美国《大众科学》网站最新消息,美国诺斯韦尔健康中心范斯坦生物电子医学研究所开发的人工智能(AI)大脑植入技术已可帮助瘫痪患者恢复其感觉和运动。

因一场车祸,基思·托马斯C4和C5椎骨受伤,胸部以下的感觉和运动能力完全丧失。不过,现在托马斯已能随意移动手臂,并能感觉到他妹妹握着他的手。

研究团队用核磁共振成像绘制他的大脑图,以确定负责手臂运动和手部触觉确切位点。外科医生通过手术将微芯片植入他的大脑中。微芯片位于患者体内,但他的头顶安装外部端口并连接到计算机,新开发的算法可以解释他的想法并将信号发送到脊柱和手部电极贴片,进而转化为行动。研究人员将这种方法称为思维驱动疗法,通过该技术,托马斯实现了随意移动手臂。即使系统关闭,也显示出恢复迹象。若一切顺利,这一疗法或可帮助他恢复更多触觉和活动能力。

研究人员表示,这是第一次将瘫痪人类的大脑、身体和脊髓通过电子方式连接在一起,以恢复持久的运动和感觉。 据《科技日报》

脱发可能跟阳光直晒有关 医生分享头皮养护要点

当其中。杭州市第一人民医院皮肤科医生钟剑波表示,步入中老年后,随着发量减少,颜色变淡、变白,头发对头皮的保护作用逐渐降低,头皮成为皮肤病,甚至是皮肤肿瘤的高发区,因此,尤其要注意保护。

强烈的紫外线会加速头皮衰老,使头发变得干枯毛躁、颜色减退、光泽和硬度下降,还会加速脱发。长期暴晒还会导致头皮水分流失加快,打破水油平衡,使皮脂腺分泌增加,头发更容易变油。

同时,紫外线照射对头皮菌群也有一定影响,再加上油脂、汗液清洁不彻底,容易产生头屑增多、瘙痒、刺痛等脂溢性皮炎问题。

钟剑波提醒,警惕日常皮肤病外,老年人要注意头皮暴晒引发恶性肿瘤的风险。多见于老年人的日光性角化病,就是由于损害皮肤所引起的一种癌前病变。常年累月的紫外线照射,是它的重要诱发因素。

日光性角化病损伤皮肤后,会出现皮肤瘙痒、疼痛、色素沉着、角化过度等症状。由于这类症状与老年斑等常规皮肤病症状类似,普通人难以区分,常出现误诊、漏诊。

由于日光性角化病可能会转变为皮肤癌,因此早发现、早治疗非常重要。钟剑波表示,皮肤镜检查是皮肤恶性肿瘤重要的早期诊断方法,建议60岁以上人群定期进行检查。

保护头皮,预防皮肤病,关键在严格防晒。光照强烈时,出门带好遮阳伞、遮阳帽,以减少太阳直射。布料较厚、颜色较深的遮阳帽效果更佳。上午11时到下午3时是紫外线最强的时候,尽量在这个时间段避免户外活动,减少暴晒。

专家提醒,除了日常的头发防晒之外,也要注重头皮清洁和头发营养的补充。如果发量较少,导致头皮外露,日常可以在头皮上涂抹一些护肤乳,谨慎使用清洁力强的洗发水。



本报记者 林乐雨 通讯员 李煦

虽然近期高温有所缓解,但据天气预报显示,19日起重新被副高控制,我省晴热高温天气或将卷土重来。

相对于面部和四肢皮肤的关注程度,头皮防晒常常被人忽略。实际上,承受紫外线照射,头皮首