

中老年人是带状疱疹易感人群

50岁及以上建议接种疫苗

本报记者 徐小翔

今年2月26日至3月3日是第三届国际带状疱疹关注周。近日,记者在杭州市西湖区三墩镇社区服务中心采访时发现,年后中老年人带状疱疹患者数量明显增加,也有不少人前来咨询接种带状疱疹疫苗事宜。

最近,70岁的谭大伯牙疼得厉害,一开始找不到原因,后来才发现,是得了不典型带状疱疹所致。三墩镇社区服务中心副院长何芳表示,这主要是因为流感高发、过度劳累和生活不规律导致免疫力下降等原因,潜伏在体内的病毒被激活,从而引发感染。

带状疱疹就是民间常说的“腰缠龙”,中老年人因免疫力下降,成为带状疱疹疾病的易感人群。数据显示,中国50岁及以上人群每年新发带状疱疹病例约156万,约三分之一的人在一生中会患带状疱疹。

哪些人容易得带状疱疹?何芳表示,伴有慢性病患者发生带状疱疹后神经痛的风险高于健康人群,这类病患得带状疱疹后,感受到的痛感更强。糖尿病、慢性肾脏

疾病、慢性阻塞性肺疾病等患者发生带状疱疹疾病的风险增加。风湿免疫性疾病造成免疫系统功能紊乱,罹患带状疱疹风险会增加,风湿免疫性疾病所接受的免疫抑制治疗也可能增加带状疱疹发生风险。带状疱疹及其相关性疼痛,不仅影响患者的睡眠、情绪、家务等日常活动,甚至有些人在带状疱疹急性期不得不停止工作。一些老年患者在罹患带状疱疹后可能会永久丧失自理能力,无法回归正常生活。

据了解,接种疫苗是预防带状疱疹的有效措施,2剂重组带状疱疹疫苗可为50岁及以上老年人提供超过90%的保护效力。专家建议,在接种疫苗前应咨询专业医生,主动诉说个人健康状况,在医生指导下,选择适合的疫苗。

此外,保持良好的饮食习惯,适度进行体育锻炼,保证充足睡眠,不熬夜,及时调整精神状态,对于提高免疫力都有积极意义,必要时也可口服一些提高免疫力的药物。



我科学家成功进行无线微创脑机接口试验

在患者聚精会神注视下,一个红色小球向着屏幕另一端的蓝色小球缓慢移动、接近、重合——这不是科幻电影中的场面。近日,首都医科大学附属北京天坛医院神经外科贾旺教授团队联合清华大学洪波教授团队,利用微创脑机接口技术首次成功帮助高位截瘫患者实现意念控制光标移动,这意味着我国在脑机接口领域取得新突破。

患者是一名35岁男性,5年前因意外事故导致颈椎高位截瘫,完全失去自理能力。去年12月19日,贾旺团队为患者成功实施微创无线脑机接口植入手术,将微型脑机接口处理器植入患者颅骨中,并成功采集到脑膜外的感觉运动脑区神经信号。术后第10天患者顺利出院。

贾旺介绍,经过近两个月康复训练,患者不但可通过意念活动驱动气动手套抓握水瓶,还可控制电脑屏幕上的光标移动。 据新华社

慢性压力助长癌症转移原因找到

压力是不可避免的,但压力过大则可能对人体健康有害。特别是慢性压力会增加患心脏病和中风的风险,还可能助推癌症转移。美国冷泉港实验室科学家在《癌细胞》杂志最新发表的论文显示,压力会导致某些中性粒细胞形成黏性网状结构,使癌症更容易发生转移。这一发现指出了一种新的治疗策略,或可在癌症开始之前阻止其扩散。

研究团队通过模拟患有癌症的小鼠的慢性压力得出了这一发现。

称为糖皮质激素的应激激素作用于中性粒细胞。这些“应激”的中性粒细胞形成蜘蛛网状结构,这被称为中性粒细胞胞外陷阱(NET)。当中性粒细胞排出DNA时,NET就会形成。通常,其可保护人体免受微生物的入侵。但在癌症中,NET创造了一个有利于转移的环境。

研究团队发现,即使在患有癌症的小鼠中,慢性压力也会导致NET的形成进而改变肺组织。“这几乎是在为身体组织患上癌症作好准备。”研究人员称,减轻压力应成为癌症治疗和预防的一个组成部分。

据《科技日报》

手指肿胀或与患癌有关

长期抽烟的中老年人尤其要警惕

本报记者 徐小翔

通讯员 陈雨虹 吴玲珑

最近,有读者来电咨询,网上存在一种“看指识肺癌”的说法。手指肿胀真的意味着患癌吗?如何预防肺癌?近日,记者请教浙江医院肿瘤科副主任、肿瘤学博士江皓。

江皓表示,的确有这种说法,杵状指还有一种更为专业的说法叫副瘤综合征。正常的手指都是越往指尖越尖细,而杵状指末端明显肥厚,关节也更肿,指甲根部到末端形成一个拱形的隆起,看起来手指就像个“小鼓槌”。

如果怀疑有杵状指,可用“斯卡姆罗特窗口测试”自测。将双手放在眼前,把两个食指的指甲那一面贴在一起。正常情况下,应该看到两个指甲床之间有一个菱形的空间。如果看不到这个空间,你的手指可能出现杵状改变,而这可能

是潜在疾病征兆。但该测试仅供参考,而不应该用来替代看医生。

杵状指一定预示着肺癌吗?答案是否定的。它可能由多种肺部疾病引起,如囊肿性纤维化、肺纤维化、支气管扩张或石棉沉着病,以及某些心脏病、肝病或克罗恩病。

为什么肺癌早期症状不易被发现?江皓表示,与肺的结构特殊有关。肺部肿瘤如果没有碰到气管,一般不会产生咳嗽症状;没有触及到胸膜,一般不会胸痛。一旦出现严重咳嗽、咯血、胸痛,甚至是远处脏器的转移表现,比如头颅转移会出现头痛、呕吐,都是中晚期表现。

胸部低剂量螺旋CT筛查是目前较理想的肺癌筛查方式,可以发现肺部2至3毫米及以上的小病灶。肺为人体通气的器官,24小时均与外界相通,吸入的有害物质无法排出体外,可能造成肺结节,做

CT检查时肺部充气会增加辨识度,比较容易发现肺结节。恶性结节在影像中多为混合型磨玻璃影,需尽早去医院做进一步检查。

哪些人是肺癌高危人群呢?年龄大于40岁,至少合并以下1种或多种危险因素:吸烟大于等于20年包的人(年包指每天吸烟多少包乘以持续多少年,例如20年包指每天1包持续20年或每天2包持续10年),其中包括戒烟时间不足15年;被动吸烟的人;有职业暴露史的人(石棉、铍、铀、氡等接触者);有恶性肿瘤病史的人(淋巴瘤、头颈部癌症或与吸烟有关的癌症);有家族史的人,一级亲属罹患肺癌;有慢性阻塞性肺疾病或弥漫性肺纤维化病史的人。

对于长期抽烟的中老年患者,即使呼吸道症状不明显,发现杵状指时,也应当引起高度警惕,特别注意要做肺部检查,以免误诊或漏诊。