

# 带着“面具”的变异性哮喘 常伪装成“久咳无痰”

控制此病应避免接触过敏源,季节变换时尤其要当心

■记者王艳

30多岁的李女士近几年每到换季时,就干咳得厉害,近来夜里咳得厉害,有时还憋得慌,觉都睡不好。浙江省中山医院副院长、浙江名中医馆中内呼吸科张弘主任中医师初步诊断她患的是咳嗽变异性哮喘,建议做肺功能激发试验诊断。

没有哮喘症状,也可能哮喘

一开始李女士不相信:“我从小到大,从未喘过,怎么可能是哮喘?”然而检查结果一出来,激发试验阳性,李女士所得的就是咳嗽变异性哮喘。

张弘介绍,咳嗽变异性哮喘是以阵发性干咳为主要症状,发作时虽然没有喘鸣等症状,但与哮喘一样,是以气道的慢性炎症和气道的高反应性为病理基础的,只是气道痉挛程度较轻,尚未诱发哮喘、喘息等症状。

咳嗽变异性哮喘是带着“面具”的特殊哮喘。正因为如此,它的误诊率也非常高。患者的咳嗽起初多因感冒诱发,故常常被误诊为“支气管炎”。有的患者接受了大量抗炎、止咳治疗后,病情依然没有好转。

那么什么样的咳嗽需要警惕为

哮喘呢?张弘说:如果既往没有慢性咳嗽病史,持续干咳超过三周,使用多种抗生素后病情无好转,就需要警惕了。

咳嗽变异性哮喘不能根治,季节变换时尤其要当心

中西医结合治疗哮喘时,除了使用基本的激素药物控制哮喘症状,还会配合中药治疗改善增强患者体质。经过2个星期的对症治疗后,李女士的咳嗽明显好转,夜间也不憋闷了。

张弘说,成人的咳嗽变异性哮喘由于过敏体质不能改变,所以是不能根治的。季节变换时,特别是春夏季植物茂盛,花朵争奇斗艳,过敏源增多,或者入冬时冷空气刺激等情况都有可能再次诱发哮喘。



张弘:浙江省中山医院副院长、呼吸科主任中医师,硕士生导师。浙江省中医药学会营养与食疗分会副主任委员,浙江省医学会呼吸分会委员,浙江省中西医结合学会呼吸病专业委员会委员,世界中医药学会联合会急诊专业委员会常务理事。师从国家级名老中医王坤根、徐志瑛。从事中西医结合防治呼吸系统疾病的临床、教学、科研工作20余年,主持和参加国家、省部及厅局级科研项目十余项,获多项科研成果。尤其擅长哮喘、慢阻肺、反复呼吸道感染、慢性咳嗽和肺癌等诊治,在养生保健、体质调养等方面具有丰富的临床经验。

另外,眼下正值春夏之交,人们都将藏在衣柜中的衣服拿出来。这些夏天的衣服藏在衣柜中时间久了,难免滋生霉菌或螨虫,而这些也都是过敏源,也是诱发哮喘等原因。因此,换季的衣服拿出来应该洗一洗、晒一晒再穿。

避免接触过敏源,有效控制哮喘

哮喘和高血压一样,都是慢性疾病,也是常见病,很多奥运会冠军、演员也有哮喘。

张弘说:“哮喘虽然不能根治,但是可以有效控制的。对于中度重度哮喘患者,需要在医生指导下进行规范化治疗,当今的治疗手段可使接近80%的哮喘患者疾病得到非常好的控制,工作生活几乎不受影响。”

张弘建议咳嗽变异性哮喘患者,在哮喘高发时节尽量减少户外活动,户外活动时佩戴口罩,避免接触花粉、柳絮等过敏源。

当然哮喘患者也应保证一定的运动量以增强体质。游泳、骑车、散步等运动都很适合哮喘病人。特别是游泳,可增强肺活量,促进血液循环。跑步、爬山等运动则相对较为剧烈,诱发哮喘的可能性大,尽量避免。但是不管何种运动,都需适量,切忌过犹不及。

饮食上需注意避免食用辛辣、生冷、海鲜等刺激性较大的食物。芒果、菠萝、榴莲等热带水果也常易诱发过敏,应尽量避免。此外,高脂、高蛋白类食物如肥肉、鸡蛋等被证实可增加气道反应性,应注意避免。

健康推荐

## 高龄老人骨折 也可以进行关节置换

■记者王艳

老人骨折了怎么办?骨科手术的年龄极限是多少?前几天,浙江省新华医院先后为两位90多岁老人进行了人工髋关节置换术。术后3天,老人都能站起来借助助器行走了。

原来,98岁的王老太和93岁的魏老太平时身体较好,平常生活都能自理,半个月前均因不小心在家中摔倒,造成了胯部股骨骨折。送到医院后,两位老人都被查出有不同程度的贫血,心脏功能也不好。可两家人都希望老人能够重新站起来,还能正常走路。

在与家属进行充分细致沟通后,该院骨科主任王昌兴主任医师和骨科、麻醉科等医生团队做好了详尽的手术准备。5月中旬,两位老奶奶相继接受了人工关节置换手术。术后3天就可以下床借助助器行走了,如今恢复很好。

据介绍,医学上一般将80岁以上的老人称为高龄老人。高龄老人因为平衡能力差、肌力差、骨质疏松等,很容易摔倒、骨折。因为高龄老人基础性疾病多,手术风险大、难度高,以前人们普遍认为高龄老人骨折后就不适合手术了。还有人认为,老人年纪大了做手术,要花钱,没有必要。骨折后,很多老人只能躺在床上。殊不知,卧床太久很容易发生肺

部感染、褥疮、尿路感染等多种并发症,许多老人生活质量很差,最后就这样“走”了。

如今,随着技术水平的提高,关节置换无论是手术技术还是假体材料与与设计都已经发展到相当高水平,几乎所有的关节都可以进行置换。其中,膝关节和髋关节的置换最常见,占90%以上。

王昌兴表示,实施人工关节置换的目的在于缓解关节的疼痛,矫正关节的畸形,改善关节的功能状态,从而提高患者的生活水平。患者接受人工关节置换手术后,一周内就可以站起来走路,基本生活与出行不成问题。



特别提醒

## 视力矫治有黄金期

■记者王艳

近年来,视力不良人群越来越年轻化,不少小学生甚至幼儿园的小朋友都戴起了“小眼镜”。2014年教育部公布的全国学生体质健康调研结果显示,7岁~12岁小学生、13岁~15岁初中生、16岁~18岁高中生及19岁~22岁大学生的视力不良率分别为45.71%、74.36%、83.28%和86.36%。

浙江省眼科医院(温州医科大学附属眼视光医院杭州院区)视光诊疗中心副主任侯立杰副主任医师介绍,儿童常见的视力问题有近视、斜视、弱视、远视、散光、先天性白内障、早产儿视网膜病变、先天性青光眼等。有些家长误认为小孩患有轻度弱视、斜视、散光等问题不大,随着身体发育会慢慢消退。岂不知,儿童视力保护也有黄金期,错过以后治疗效果差,甚至无法补救。



3~6岁以内是孩子弱视最佳的治疗期,因为这段时间孩子的视觉神经系统的可塑性是最强的。随着孩子年龄增长,随着视觉神经系统的可塑性逐渐降低,弱视就不容易治好了。

对于常见的“斗鸡眼”等斜视,小度数的共同性斜视应及时配戴眼镜,大多数数的共同性斜视,配戴眼镜外,还需要手术矫正。儿童斜视手术的最佳时机是在他视觉发育敏感期内,两岁三岁的宝宝就可以接受手术治疗,最迟不要超过8岁半。

对于近视,预防很重要,治疗要规范。有了近视眼,要及时到医院眼科进行专业检查、规范医学验光。医生会通过专业的检查,来辨别孩子是真实性近视还是假性近视。如果属于假性近视,及时给予其药物治疗,无需配戴眼镜。如果是真实性近视则需要及时配戴眼镜矫正。

侯立杰提醒家长,平时要注意观察孩子的用眼情况,如发现孩子看东西时眯眼、歪头、皱眉,或频繁眨眼、爱揉眼睛等就应该引起警惕,及时带孩子到专业眼科医院做视力筛查。即使视力正常,也最好定期检查一次。如果发现问后,及早治疗,切忌错过治疗黄金期。

王来法对话健康

“管住嘴、迈开腿、放宽心”——

## “三句话”预防高血压年轻化

问:对于高血压的概念,原本一直认为只是老年人比较容易有,跟年轻人很遥远上边,然而,公交司机由于长年处于紧张的工作状态中,在公交系统高血压病有年轻化的趋势,他们当中有个司机30岁就患高血压了。请问王医师,高血压应该如何防治?作为年轻的司机又该注意什么呢?

答:很多人一般都认为只有中老年人会有高血压,其实随着经济发展和生活水平的普遍提高,如今高血压已不是老年人的专利,越来越趋向于年轻化。

对于高血压病中医常以“眩晕”、“头痛”、“中风”等病论述,其中

以“眩晕”论述最多。从中医角度来讲,高血压病的病理机制主要是由于肝、肾、心、脾功能失调,引起体内阴阳、气血失衡所致。其中以肝、肾两个脏器阴阳失衡尤为多见。

一般来说,现在的年轻一族有四类人群比较容易患高血压,一是“烟枪”;二是身体肥胖超重者;三是“吃货”;四是“精英”。我们的民警都是“精英”,其工作的特殊性造成不少民警生活很不规律,精神经常处于高度紧张状态,心理压力较大,其发病率比正常人群要高。

如何预防高血压的侵袭呢?首先在饮食方面必须尽量选择清淡的,低盐低脂饮食,不要吃得太油腻

太咸。对于一些长期坐在办公室使用电脑的,建议在电脑前工作半小时,就站起来走一走或向远处眺望,做一下深呼吸,这些都是舒缓的好方法。另外可以每周运动3次左右来自我调节压力。

此外,高血压患者还要注意饮食调理,适量控制能量及食盐量,降低脂肪和胆固醇的摄入水平,控制体重,采用低脂肪、低胆固醇、低钠、高维生素和适量补充蛋白质的饮食,可以吃一些植物蛋白含量高、含钾、钙丰富的食品以及绿色蔬菜、新鲜水果,像苹果、西瓜等,类似芹菜、黑木耳、山药、绿豆、海带、紫菜、西红柿等对高血压患者都是有益的。

的。

治疗方面,高血压在中医可分为肝阳上亢、气血不足、肝肾阴虚、痰浊内阻等类型。如果属于肝阳上亢者,这种类型中药的治疗原则应该清肝泻火,比如用天麻钩藤饮、夏枯草。

痰湿内阻型治疗原则是化痰祛湿,选择处方可以选半夏天麻白术汤。阴虚阳亢以滋阴降火为原则,选择像知柏地黄丸。阴阳两虚型的患者,治疗的时候应兼顾阴阳,要两益阴阳,可用桂附八味丸。饮食上除了养阴可以吃百合,冬季的时候还可以用点洋参等。

健康资讯

## 我省启动大学生 烟草使用行为干预项目

■记者王艳

近日,记者从省疾控中心获悉,我省于日前启动了大学生烟草使用行为干预试点项目。该项目基于2015年省疾控中心健康教育所对全省21所大专院校开展的调查,结果显示我省大学生尝试吸烟率为26.73%,现在吸烟率为6.40%。

据介绍,尼古丁具有极强的成瘾性,一旦吸烟成瘾

就很难摆脱。开始吸烟的年龄越早,成为常吸烟者的可能性越大,成年后的吸烟量越大,受烟草的危害也越大,戒烟的可能性越小。大学阶段是人生发展最重要的一个阶段,此时形成的健康行为和生活方式会对其一生的健康有重大影响。大学生对烟草使用的认知、态度和行为在很大程度上决定着他们将来是否成为吸烟成瘾者,对其开展烟草使用干预不但可

以提升其自身的健康水平,也有利于社会控烟氛围的形成。

大学生烟草使用行为干预试点项目拟在浙江农林大学、浙江海洋大学、金华职业技术学院、浙江工业职业技术学院等4所大学开展,为期6个月。这项工作将为推动大学“无烟校园”建设积累经验,并提供可参考的干预模式。

## 杭州新增犬伤疫苗接种点

本报讯 记者王艳 通讯员詹雅报道 近日,记者从杭州市卫计委了解到,在杭城东西南北中各区块的5家省、市级大医院增设狂犬病疫苗接种点,6月起陆续试运行对外服务,24小时接种。市民可以选择就近的医院及时进行伤口处理和疫苗接种。

据介绍,狂犬病是所有传染病中最凶险的病毒性疾病,一旦发病,预后极差。及时、规范的大伤暴露后伤口处理和犬伤疫苗接种可有效降低暴露者发病风险,是预防狂犬病的主要措施。

由于历史原因,主城区范围内仅有2个犬伤疫苗接种点,主要是朝晖二区的杭州市职业病防治院(原杭州市预防保健门诊部)犬伤门诊。随着

城区不断外扩,养犬市民大幅增加,接种存在路途远不方便、就诊高峰人员较拥挤等问题。

为方便广大群众,市卫生计生委于2015年启动了城区增设犬伤疫苗接种点工作,在前期调研的基础上,结合市区医疗机构的服务半径,选择在滨江的浙医二院滨江院区、下沙的省中医院下沙院区、城西的市西溪医院、城北的市二医院和市中心的市红会医院5家省、市级大医院,作为首批增设犬伤暴露后处置的医疗机构。

目前,这5家医院已基本完成接种点设置的各项准备工作,从6月起陆续试运行,为市民提供犬伤暴露后处置医疗服务。

市区原有犬伤疫苗接种点: 杭州市职业病防治院(原杭州市预防保健门诊部)犬伤门诊:朝晖二区5幢。

新增24小时犬伤疫苗接种点:

市二医院:拱宸桥温州路126号,试运行时间6月15日;

市红会医院:环城东路208号,试运行时间6月1日;市西溪医院:留下镇横埠街2号,已开诊;浙医二院滨江院区:江虹路1511号,试运行时间7月1日;

省中医院下沙院区:杭州经济技术开发区9号大街9号,试运行时间6月6日。

## 上海首个母乳库启用运行

■仇逸

上海首个母乳库5日在上海市儿童医院启用,并对外招募捐赠志愿者。

母乳库由医院两个病区、间公共区域改建而成:1个房间隔离成相对独立的3个空间,可供3位志愿者同时捐献,有隔帘保护捐赠妈妈的隐私;另一房间摆放着专业的母乳检测、储藏设备、消毒设备和操作台。两个房间均装有紫外线消毒灯,有专人每天进行消毒保洁并进行严格记录。

捐献者要接受血液筛查等健康方面检查,确保没有传染性疾。医生会对捐献的母乳进行消毒,检测母乳的成分,按照严格的要求储存,保证母乳的安全和营养。检验合格的母乳,被存放在专门的设备中,保存于

零下80摄氏度的环境里。母乳在低温中可以保存6个月。6个月到期后,这些母乳进行废弃处理。

母乳库将对捐赠者的健康申明、双方的知情同意书、血清学以及其他检查结果、捐赠母乳的细菌学检测结果、捐赠者的基本资料、母乳收集日期和数量等资料,按照档案管理的相关要求进行保存。同时,通过信息化手段,保证每瓶使用在受捐者身上的母乳具有可追溯性。

新生儿科、消化科专家对记者介绍,母乳是婴儿,尤其是6个月之内宝宝最适合的食物。特别是对早产儿来说,越早产的早产儿,各器官系统功能越是不成熟;而早产儿的母亲,往往生理上还未准备好泌乳。据了解,我国早产儿出生率7%—8%,每年约有110万名,占世界

第二。另一种无法用奶粉代替母乳喂养的是患有疾病的婴儿,如患有短肠综合征、患有各类先天性消化道疾病等。

此次上海建成启用母乳库,是上海市加强公共卫生体系3年行动计划(2015—2017年)示范项目——“多学科合作的高危儿综合管理”项目的重要内容之一。母乳库建设启用经费也由此而来。

至于后续的运行经费,上海市儿童医院院长于广军表示,希望有更多的慈善组织能够关注到需要母乳的患儿这个群体。也希望有关部门尽快开展政策研究,及时出台合理的收费项目和标准,在保证公益性的同时合理补偿运行和管理成本支出。

## 年老体衰与一种免疫细胞相关

■林小春

年老体衰是自然规律,不可抗拒,但原因何在?一项新研究发现,随着年龄变老,人体内的免疫T细胞杀灭外来“入侵者”的有效性降低。这可以帮助解释年龄较大的人为何免疫力低下、疫苗接种效果不好。

研究负责人、美国得克萨斯大学奥斯汀分校助理教授姜宁介绍说,人体内有大量T细胞存在,他们研究的是具有很强细胞毒性的T细胞,对病毒或癌细胞具有强大的杀伤力。但把这些“武器”的杀伤效果好不

好,取决于其表面蛋白——T细胞受体识别、结合外来威胁的能力,即所谓“T细胞亲和力”。亲和力越高,杀伤能力越强。

姜宁说,亲和力高的T细胞越多,人体的免疫防御体系就越强大。此前T细胞亲和力的检测方法过程繁琐、周期很长,且成功率不是很高;而他们最新开发出的一种快速检测技术,可以在一天内就分离出70多个T细胞受体,不仅能检测T细胞亲和力,还能同时测量T细胞受体的基因序列。

研究人员利用这种技术来研究健康人血液里的抗丙

肝病毒T细胞,结果表明,年轻人血液里有着较高比例的高亲和力抗丙肝病毒T细胞,而中老年人血液里这种T细胞的比例明显下降。

姜宁认为,这项发现不仅针对丙肝抗原特异性T细胞,还适用于所有的“杀伤性”T细胞,显示T细胞亲和力与年龄相关,从而可以帮助解释为什么老年人免疫力低下,疫苗接种效果不好。

姜宁说,这项研究解决了一个瓶颈问题,有着较好的临床应用前景,如用于测量免疫健康指数,了解一个人的健康状况。

### 余杭供电:农村表后服务解民忧

“表后电力服务作为社会公共服务事业,建议以街道政府大联动为依托,充分发挥各部门合力协同的优势,构建起表后电力服务体系,满足百姓表后服务需求,促进农村安全用电水平,提升社会和谐文明程度。”近日上午,时逢周末,良渚街道农村表后电力服务工作筹备推进工作正在余杭区供电公司进行,良渚街道政府、派出所、村委(社区)代表等相关负责人参加筹备推进工作。

作为用户产权的表后电力线路设备,大部分用户对自有资产的表后线路设施缺乏相应日常运维、故障检修能力,成为表后电力设施维修难题,也是困扰农户安全可靠用电一大症结所在。经街道政府研究决定,在良渚街道试点推行农村表后电力服务社会化

### 运营模式。

在工作推进过程中,因涉及部门较多,大家结合自身工作实际,建立微信群实时交流,利用业余时间集中讨论。首先从表后电力服务工作的基本原则、服务模式、服务范围内容、服务标准、运营模式及监督考核机制等,多位多角度进行热烈发言讨论;接着把群租户、农业种植户的表后日常安全用电管理作为突出典型,进行特别讨论研究;最后对农村电工集中管理运作模式进行利弊分析。经讨论研究,初步形成良渚街道农村表后电力服务工作实施意见,筹备工作得到有序推进。

在政府的主导下,良渚街道农村表后电力服务工作接下来将全面进入具体实施阶段。江仁富

临安市六科副食品店,注册号为330185600254697,不慎遗失由临安市市场监督管理局2015年6月18日核发的营业执照正、副本各一份,声明作废。

临安竹塘湾食品有限公司遗失税务登记证副本,税号:330124067893907,声明作废。

临安市周海军副食品商行遗失临安市市场监督管理局2013年7月10日核发的注册号为3301856002995471的营业执照副本,声明作废。

临安市聚贤家庭农场,注册号为330185600209901不慎遗失由临安市市场监督管理局2013年11月4日核发的营业执照副本,声明作废。

淳安春娣食品有限公司遗失税务登记证副本,税号:330127311314576,声明作废。

杭州绝艳服饰有限公司注销清算公告 杭州绝艳服饰有限公司注销清算公告:本公司股东(出资人)已决定解散本公司,请债权人自接到本公司书面通知书之日起三十日内,未接到通知书的自本公告之日起四十五日内,向公司清算组申报债权登记,逾期不申报的视其为没有提出要求。

杭州富阳易汽车租赁有限公司注销清算公告 杭州富阳易汽车租赁有限公司注销清算公告:本公司股东(出资人)已决定解散本公司,请债权人自接到本公司书面通知书之日起三十日内,未接到通知书的自本公告之日起四十五日内,向公司清算组申报债权登记,逾期不申报的视其为没有提出要求。

杭州王成物流有限公司注销清算公告 杭州王成物流有限公司注销清算公告:本公司股东(出资人)已决定解散本公司,请债权人自接到本公司书面通知书之日起三十日内,未接到通知书的自本公告之日起四十五日内,向公司清算组申报债权登记,逾期不申报的视其为没有提出要求。

淳安县屏门乡屏峰酒店遗失淳安县市场监督管理局2012年1月5日核发的注册号:330127600100787营业执照正本;税务登记证正本,税号:4522261981110806451A,声明作废。

周小丹遗失淳安县市场监督管理局2012年5月15日核发的注册号:330127600039064营业执照正本,声明作废。

杭州亿辉投资咨询有限公司注销清算公告

杭州亿辉投资咨询有限公司注销清算公告:本公司股东(出资人)已决定解散本公司,请债权人自接到本公司书面通知书之日起三十日内,未接到通知书的自本公告之日起四十五日内,向公司清算组申报债权登记,逾期不申报的视其为没有提出要求。

杭州海外海物业管理有限公司注销清算公告 杭州海外海物业管理有限公司注销清算公告:本公司股东(出资人)已决定解散本公司,请债权人自接到本公司书面通知书之日起三十日内,未接到通知书的自本公告之日起四十五日内,向公司清算组申报债权登记,逾期不申报的视其为没有提出要求。

个人独资注销公告 淳安县千岛湖樱花艺品厂决议解散,本企业已成立清算组进行清算。请各债权人自接到本企业通知书之日起三十日内,未接到通知书的自本企业公告之日起六十日内,对自己是否要求本企业清偿债务或者提供相应的担保作出决定,并于该期间内通知本企业,否则本企业将视为没有提出要求。

浦江县键发水晶有限公司注销清算公告 浦江县键发水晶有限公司注销清算公告:本公司股东已决定解散本公司,请债权人自接到本公司书面通知书之日起三十日内,未接到通知书的自本公告之日起四十五日内,向本公司清算组申报债权登记,逾期不申报的视其为没有提出要求。

绍兴英科数码科技有限公司减资公告

经本公司出资人:阿华迪、亚伯拉罕·哈里麦德·奥玛决定:本公司认缴注册资本本从肆佰伍拾万美元减至贰佰万美元。请债权人自接到本公司书面通知书之日起三十日内,未接到通知书的自本公告之日起四十五日内,有权要求本公司清偿债务或者提供相应的担保,逾期不提出的视其为没有提出要求。

绍兴英科数码科技有限公司 杭州昊嘉置业有限公司减资公告 经本公司股东会(出资人)决定:本公司认缴注册资本本从37500万元减至28500万元。请债权人自接到本公司书面通知书之日起三十日内,未接到通知书的自本公告之日起四十五日内,有权要求本公司清偿债务或者提供相应的担保,逾期不提出的视其为没有提出要求。

杭州富阳银泽贸易有限公司不慎遗失企业公章一枚,声明作废。 杭州市拱墅区绿聚异果水果商行遗失餐饮服务许可证,编号:浙餐证字2015330105016087,声明作废。