zhj9759@163.com
电话:88860470
责任编辑:
赵华佳

专家问诊

脂肪肝是身体代谢功能发出的警报

熬夜、缺乏锻炼、忙于应酬都是引发此病的高危因素,改变坏习惯病情可逆

唐翠兰 浙江省新华医院感染性疾病科主任,主任医师,浙江大学医学博士。从事临床工作20年,主要从事病毒性肝炎发病机制及防治的研究工作,掌握分子生物学的基本技术,发表论文20篇,其中SCI收录3篇。已主持国家自然基金1项。

■记者王艳

张先生在两年前的体检中,被查出患有轻度脂肪肝,因为不痛不痒,一直没有放在心上。近日,他时常感觉劳累,肝区隐痛,去医院检查,医生说张先生的脂肪肝已经发展到重度,并且引发肝功能异常,需尽快治疗。

脂肪肝是第二大肝病

浙江省新华医院感染性疾病科主任唐翠兰主任医师介绍,脂肪肝是由多种原因引起脂类代谢障碍,使肝细胞中脂肪含量异常增加的一种病变。正常情况下肝脏总脂肪量不超过肝重的5%,而脂肪肝时总脂肪量可高达肝重的40%~50%,从而影响肝脏的正常功能。

根据病因主要分为非酒精性脂肪肝和酒精性脂肪肝两类。酒精性脂肪肝病因明确,一般与长期大量饮酒有关。非酒精性脂肪肝常见的原因有营养失衡、肥胖症、糖尿病、用药不当或化学品中毒等。近年来,我国脂肪肝病人明显增多,尤其是一些经济较发达地区。其中,非酒精性脂肪肝的发病率已远远高于酒精性脂肪肝。据有关资料报道,脂肪肝的患病率在过去5年增长了50倍,已经成为仅次于病毒性肝炎的第二大肝病。

2015年杭城几家大医院体检中心,近27万参检人员中,约30%查出脂肪肝,即每10人中有3人查出脂肪肝,高于我国脂肪肝的平均患病率(16.73%)。新华医院健康管理中心去年为某单位职工体检时,竟有一半人筛查出有脂肪肝!

脂肪肝没有明显的性别差异,不同年龄段的成年人都可能患脂肪肝,而且正在向年轻化的趋势发展。熬夜、缺乏锻炼、忙于应酬,都是脂肪肝的高危因素。尤其是缺乏锻炼容易使脂肪在体内堆积,增加发生脂肪肝的风险;应酬的时候,总少不了喝酒,酒精是导致脂肪肝的一个重要因素。

脂肪肝发病隐匿

脂肪肝发病隐匿,早期并没有太多的临床症状,或仅有轻度的疲乏、食欲不振、腹胀、嗳气、肝区胀满等感觉,很容易被整天忙碌的职场人忽略。但脂肪肝会进展到脂肪性肝炎,表现为转氨酶增高,如果长期转氨酶增高会进展到肝硬化。

有的人即使体检后被告知:"有脂肪肝倾向""轻度脂肪肝""脂肪肝"等等,但是因为不痛不痒,看到这样的体检报告后不会在意,觉得"脂肪肝"不是病,任由其自由发展,结果健康大打折扣。

唐翠兰提醒,肝脏是身体内以代谢功能为主的一个器官,实际上,脂肪肝是个"报警器",提示身体的代谢出了问题。因此,患者如果长时间疲劳乏力、肝区不适或隐痛、食欲降低、腹胀等症状,应意识到是一种肝脏警报,及早去医院诊治。

绝大多数的脂肪肝患者并不是单纯性的脂肪肝病,还有很多"难兄难弟",如糖尿病、高脂血症、高血压等。

据介绍,糖尿病患者中30%可伴有脂肪肝,而脂肪肝的患者中,糖耐量异常者(空腹血糖偏高,但不能达到糖尿病诊断标准)可占据20%。同时,脂肪肝患者伴有血脂异常者约占45%,高脂血症及脂肪肝,如患者基础病有高血压,则患者发生心脑血管病事件(心梗或者脑梗)的风险大大增加。

患脂肪肝还可能会引起激素代谢紊乱:男性出现女乳化、睾丸萎缩、性功能下降;女性雄激素升高,月经不调甚至不孕。另外,如果任由疾病自由发展下去,一旦形成脂肪性肝炎又不及早治疗的话,纤维化发生率约为25%,近8%的患者最后发展成为肝硬化,甚至造成肝癌。脂肪肝还容易导致心脑血管疾病,如果突然发作甚至可引发猝死。

东欧的一项研究显示,非酒精性脂肪肝可以使50岁以下的患者寿命缩短4年,50岁以上的患者寿命缩短10年。

脂肪肝属于可逆性疾病

脂肪肝是一种慢性肝脏疾病,且大多伴有明显饮食及生活行为异常。脂肪肝同时也是可逆性病变,早期诊断与及时的治疗一般可以恢复正常。患者必须树立长期治疗的信心,纠正不良生活及饮食行为。

唐翠兰提醒,脂肪肝的治疗是一种广泛的综合性治疗,药物治疗仅是一个辅助措施,是一个短期的强化行为。最重要的恰恰是患者要定期到医院体检,在日常生活中注意饮食,增加运动,纠正不良生活习惯等。

特别提醒

浙大儿院一周接诊四名高处坠落受伤儿童

暑假让孩子远离意外伤害

■记者王艳 实习生桑俊豪

前几天,大家一直惦记着一个从17层高楼坠落的小男孩成成。

收治成成的浙江大学医学院附属儿童医院(浙大儿院)SICU(外科重症监护室)主任谈林华主任医师介绍,成成从17楼摔下来所幸被树枝挡了一下,还有挽救希望,目前,经治疗已脱离危险,处于康复中。这是一个奇迹。

该院最近一周内还接治了另外3个从高处坠落受伤的孩子,所幸伤势不重。

暑假临近,各种意外伤害开始增多。如何让儿童远离意外伤害?该院急症创伤外科副主任赵国强副主任医师提醒,暑假期间就诊率要比平时多出20%左右,家长尤其要提防高处坠落伤、车祸伤、烧烫伤、运动切割伤等。

假期,儿童大部分时间都待在家里,家长经常会趁着孩子睡觉的时候出去买买菜、晾晾衣服,这时独自在家的小孩,最容易发生高处坠落伤。特别是3到5岁的小孩,睡醒后找不到家长,对危险缺乏评估,会做出一些不正确的判断与选择。因此,孩子不能脱离看护人的视线范围,窗边也不要摆放床和桌椅,以免孩子借助家具爬到窗边,发生危险。

出行乘车时,避免儿童将头、手和身体伸出窗外;私家车坐后排,并安装安全座椅,系好安全带;锁好车门,以免儿童打开车门开关;不要让儿童单独在马路上行走。不要在车辆过往的地方玩耍,特别是一些老小区,不仅车子多,还存在着许多盲点、死角,家长们一定要引起重视。

夏天天气炎热,孩子穿的衣服也比较少,如果发生烧烫伤程度会严重得多。为了避免烧烫伤,家长要将烫的食物放在小朋友够不着的地方。给孩子洗澡的时候,一定要先放冷水,后放热水。

孩子好动,特别是一些酷爱轮滑、滑板的小朋友一定要做好保护措施,运动前要戴好护膝、护腕之类的防护设备。家里有跑步机或哑铃的,要提醒孩子,不要把手指伸进去,小心哑铃砸到手指、脚等。

另外,每年暑期都有不少溺水的悲剧发生。专家提醒,千万不要去一些水库、河道游泳。

王来法对话健康

患了扁桃体炎怎么办

问:我有时一天工作下来,感觉劳累后,咽喉就会隐隐作痛,而且一旦碰到感冒、睡眠不佳或烟酒刺激也会咽痛发作,咽部感到不适及堵塞感。虽然知道这是扁桃体发炎,但我觉得只是小毛病,没什么危害,所以很少去医院治疗。王医师,扁桃体发炎到底有哪些危害,严重吗?

答:作为一种咽喉疾病,扁桃体炎就跟咽炎一样是一种较常见的疾病。扁桃体位于口腔后方,左右各一,张嘴常常可以看到,它们是人体重要的淋巴免疫器官,学名叫做腭扁桃体,在小时候起重要的免疫防御作用,相当于公安局,管一片平安的。慢性扁桃体炎相当于公安局被坏人占了,不但不能保护百姓,还会危害一方,所以需要引起高度重视。

扁桃体炎的病原体通过飞沫、直接接触等途径传入,平时隐藏在扁桃体小窝内,当人体因劳累、受凉或其他原因而致抵抗力减弱时,病原体迅速繁殖而引起扁桃体炎。

急性扁桃体炎迁延不愈可能表现为慢性扁桃体炎,身体抵抗力下降时会急性发作。而慢性扁桃体炎反复发作不仅严重影响工作和学习,还可诱发其他疾病,如慢性肾炎、关节炎、风湿性心脏病等,或引起临近器官的感染,如中耳炎、鼻窦炎,喉、气管、支气管炎等,严重时可导致扁桃体周围脓肿(脓肿是由坏死组织和崩溃的白细胞积聚而成),脓肿破裂严重者会阻塞呼吸道而妨碍呼吸,感染也能扩散到颈部和胸部,从而引起死亡。

扁桃体炎属于中医学"乳蛾"的范畴,急性扁桃体炎相当于"风热乳蛾",慢性扁桃体炎相当于"虚火乳蛾"。风热乳蛾多因气候骤变,寒热失调,肺卫不固,致风热邪毒乘虚从口鼻而入侵喉核,或因过食烟酒等,脾胃蕴热,或因外感风热失治,邪毒乘热内传肺胃,上灼喉核,发为本病;虚火乳蛾多因风热乳蛾或温病之后余毒未清,邪热耗伤肺阴,或因素体阴虚,加之劳倦过度,肾阴亏损,虚火上炎,蒸喉核,发为本病。

临床常见的证型有:

肺经风热型:证见发热畏寒,咽痛,咳嗽,苔白或黄,脉数。

肺胃蕴热型:证见高热畏寒,咽痛剧烈,吞咽困难,口渴引饮,口臭便秘,舌红,苔黄厚,脉洪数。

热毒内盛型:证见高热不退,咽痛有增无减,伴同侧耳痛,吞咽困难,苔黄质红,脉洪数。

虚火上炎型:证见咽干口燥,咽部似有物堵塞感,干咳,伴手足心热,或气短,腰酸,苔少,舌红,脉细数。

肾阴虚型:证见口燥咽干,人暮尤甚,且有灼热微痛,异物感,伴五心烦热,头晕,不易耐劳,喉核及四周发红,喉核上有黄白色脓栓挤出,舌红少苔,脉细数无力。

肺脾气虚型:证见咽干,刺痒,微咳,痰少而粘,咯吐不出,入寐头上汗多,喉核暗红连及周围,喉核上有白色点状短痕,或乳酪样脓栓挤出,舌质淡红少苔,脉细数。

中医对扁桃体炎的治疗手段和方法较多,可以运用益气健脾、和胃利咽、清热解毒的中药进行治疗,饮食上可以食用百合炖香蕉、枸杞、雪梨等进行调理。

需要提醒:患扁桃体急性炎症应彻底治愈,避免变成慢性炎症,而慢性扁桃体炎的患者应养成良好的生活习惯,保证充足的睡眠时间,随天气变化及时增减衣服,坚持锻炼身体,提高机体抵抗疾病的能力,预防和治疗各类传染病。

健康常识

过敏性紫癜可引发出血水肿

■记者王艳 通讯员吴伟丹

家住椒江的毛先生最近经常出现上腹胀痛,伴有恶心呕吐,并逐渐加重。台州医院消化内科副主任医师骆定海在会诊查体的时候,发现患者下肢有几颗针尖样的红点,压之不褪色,诊断为"过敏性紫癜混合型"。

骆定海介绍,过敏性紫癜是一种血管变态反应性出血性疾病,是由于小动脉和毛细血管对某些物质发生过敏反应,引起全身性血管壁通透性增高及渗出性出血和水肿。它的发生和患者自身的过敏性体质、感染、药物、食物,甚至附在灰尘上的细菌等有关。一些含特殊蛋白质的食物,如海鲜类食品更是"高危因素"。

毛先生的病患并非个案。今年以来,该院消化内科已收了好几位过敏性紫癜患者。

骆定海介绍,过敏性紫癜的表现多种多样,常见的有:单纯性紫癜,主要表现是四肢出现对称性分布、高出皮肤、压之不褪色的出血性皮疹,严重的可表现为皮疹中央出现水疱、坏死甚至溃疡;胃肠型紫癜,主要表现为不规则的绞痛,常伴有腹泻、便血,而且腹痛持续时间很长,严重的时候会呕吐、呕血、便血,很容易误诊为胃肠道疾病;肾型紫癜,表现为血尿、蛋白尿,甚至出现肾病综合征、肾功能衰竭等。

过敏性紫癜患者护理很重要,要注意尽可能找出过敏源,预防各种感染,避免服用可能引起过敏的食物、药物、物品。急性期应尽量休息,尤其是发作期3个月内,不能过于劳累,避免情绪波动及精神刺激,以免加重病情。注意饮食调理,急性期饮食要清淡,多吃新鲜蔬菜水果,忌食辣椒、酒类等刺激性食品,暂停食用鱼、虾等海鲜。平时经常参加体育锻炼,增强体质,注意保暖,预防感冒,保持心情愉快,避免情绪波动。

时尚健康

暴走走出膝关节滑膜炎

健走流行时,你会"走"吗?

■记者王艳

健走作为都市健身的方式渐渐流行起来,38岁的黄先生在微信朋友的带动下也加入了健走的行列,每天暴走2万步以上。谁知不到1个月,膝关节隐隐作痛。到医院检查后才发现,他的右侧膝关节腔内出现少量积液,也就是患上了滑膜炎。

为什么走路锻炼会得滑膜炎?浙江省新华医院骨科主任、浙江省医学会运动医学分会委员王昌兴主任医师提醒,走路能够锻炼人的心肺功能,是值得提倡的大众健身运动。但如果每次走的时间很长、距离很远,这很容易伤到膝关节,导致膝关节滑膜炎。特别是平时缺乏锻炼的年轻人,多因急性创伤和慢性损伤所致。更年期骨质疏松的妇女和不适合高强度锻炼的中老年人,因软骨退变与骨质增生所致,或长期慢性膝关节劳损也容易发生膝关节滑膜炎。

王昌兴说,治疗膝关节滑膜炎要做到"早发现、早诊断、早治疗"。对于一些急性期的滑膜炎疼痛发作,病人感到关节肿胀发热时,可用毛巾包裹冰袋后置于

疼痛关节上,每次不超过5~10分钟。在急性期炎症消退后,可以用热毛巾局部热敷,也可以泡个热水澡,每次不超过5~10分钟。必要时配合药物治疗。

一般来说,患者用传统康复、物理及药物治疗1~2个月后,滑膜炎症状会显著改善,无需手术治疗。但如果控制效果不好,有持续加重的趋势,并且严重影响工作生活的,建议患者接受手术治疗。

健步走好处虽然很多,但一定要因人而异,根据自己的年龄、体质、适应能力调节运动量。

王昌兴提醒,潜在恶性心律失常、先天性心脏病的人,暴走后甚至可能诱发心脏病。如果走路后发现有明显的呼吸困难、胸闷等症状,就该马上停下来休息。如果症状不能缓解,或者持续几天都出现类似症状,应及时到医院排查是否有心脏问题。

肥胖人群,要控制体重,不建议在常规的负重下锻炼,不建议选择跑步,因为这样的运动对全身关节尤其是下肢关节,如髋关节、膝关节损伤特别明显。

患有肺部疾病、心血管疾病、糖尿病、高血压、腰椎间盘突出等基础病患者,参加健走运动前,最好先咨询医生。

王昌兴同时建议,开始运动前做伸拉等准备动作,运动过程中应循序渐进,有序增加或减少运动量。尽量不要饭后立即出门锻炼,一般最好隔一小时左右再去运动。

走路时,眼睛自然地直视正前方,上半身挺直,不要前倾或驼背,肩膀自然放松,收小腹。双手轻轻握拳,手臂弯曲、配合步伐向后摆动。摆动手臂除了可以增加运动强度,也能有效地带动整个身体的节奏。尽可能跨大步伐,踏出时脚跟先着地,再把重心移到脚掌处。选一双好的鞋子、一身合适的衣服,也很重要。普通的上班族,每天走1万步即可,最佳速度在每分钟100~120步。

健康资讯

九部门将联合开展严打涉医违法犯罪专项行动

■刘奕湛 施雨岑

记者8日从国家卫计委获悉,2016年7月起,在全国范围内开展为期一年的严厉打击涉医违法犯罪专项行动。

8日,卫生计生委、中央综治办、中宣部、中央网信办、最高人民法院、最高人民检察院、公安部、司法部、保监会等九部门联合印发《关于严厉打击涉医违法犯罪专项行动方案》。

据了解,2013年以来卫生计生委联合相关部门通过稳步推进法制建设、坚决打击涉医违法犯罪、健全"三调解一保险"的医疗纠纷预防调处机制和积极改善医疗服务等做法,将使医院医疗纠纷、刑事案件、治安事件和安全隐患明显减少。

截至目前,全国85%的二级以上医院设立警务室,5600余家二级以上医院应急报警装置与公安机关联网。2015年全国已建立医疗纠纷人民调解组织近4000个,调解处理医疗纠纷7.1万起,调解成功率85%以上,化解了60%以上的医疗纠纷,发挥了调处主渠道作用。

国家卫生计生委医政医管局副局长郭燕红介绍,通过开展为期一年的严打专项行动,将依法严厉查处打击涉医违法犯罪活动,完善打击涉医违法犯罪的长效机制,确保医疗机构医疗秩序和安全形势持续好转。

新材料可通过手机检测有毒气体

■华义

一个日美联合研究小组最新开发出一种可以高灵敏度检测有毒气体的感应材料,利用这种材料及近场通信(NFC)技术,可以让手机在几秒内读出空气中是否存在有毒气体。

日本物质材料研究机构日前说,他们和美国麻省理工学院合作,在碳纳米管表面涂上一层被称为超分子聚合物的高分子材料,使其变成感应材料。

据介绍,这种感应材料是利用碳纳米管的导电性变化来检测有毒气体浓度。碳纳米管本来是导电性强的材料,但被超分子聚合物覆盖后其导电性变差。当接触有毒气体时,超分子聚合物的化学键就会被部分破坏;而当超分子聚合物表面涂层被破坏后,碳纳米管导电性就会大幅上升。

将这种感应材料植入使用近场通信技术的电路中,就成为可检测有毒气体的传感器。操作时,只需用具有近场通信功能的手机"刷"一下传感器,5秒内就可在手机上读出是否存在有毒气体,能检出的浓度可低至10ppm(1ppm为百万分之一)。

这种传感器属于一次性用品,但是它小巧便携且成本极低,今后有望应用到地铁有毒气体监控等反恐或安监场合。

常山农信:无形资产变现,打开融资"新窗"

日前,常山农信联社成功发放首笔商标专用权质押贷款,一枚"大胡山"商标成功获得240万元的贷款。"真没想到,凭我们企业的商标就能贷款!"常山县大胡山果蔬有限公司法人代表商小平满怀欣喜地说。该公司也成为县域内首家获得商标专用权质押贷款的企业。

当前,小微企业普遍存在融资渠道少、贷款难的问题,该社通过发放商标专用权质押贷款,帮助企业把"无形资产"转变为"有形资本",在有效解决企业融资难题的同时也避免了相互担保的潜在风险。下一步,该社将进一步加大对小微企业、农业龙头企业的信贷支持,在风险可控范围内,帮助企业盘活无形资产,拓宽融资渠道,开辟融资新途径,支持和鼓励企业创新和加快转型升级。

李琦婧

危桥改造"进行时"

衢州市危桥改造工程之一的常山县学堂山危桥改造于3月8日开工,工期5个月,常山县公路管理局的工程养护人员冒着高温加班加点地进行施工。现右幅桥面已完工,左幅在铺设桥板,已完成工程总量的80%。

徐莹 周荣伟

体彩20选5

浙江第16185期 总投注额:173744元

中奖号码 01 08 14 16 17

中奖简单 无需排序

●代表中奖号码

奖级	中奖注数	每注奖金(元)	中奖条件
一等奖	5	8320	●●●●●
二等奖	337	50	●●●●
三等奖	5336	5	●●●

兑奖有效期:自7月11日起60个自然日。本信息如与公证开奖结果不符,以后者为准。更多信息查询:浙江体彩网 http://www.zjlottery.com

2016年7月10日

体彩6+1

浙江第16080期 总投注额:2302956元

中奖号 7 6 1 9 2 2 +1

奖级	中奖号码	中奖注数	奖金额(元)
特等奖	761922+1	0	0
一等奖	761922	1	68991
二等奖	7619□□、□61922	21	6570
三等奖	7619□□、□6192□□1922	271	300
四等奖	761□□、619□□192□、□□922	4687	20
五等奖	76□□□、□61□□19□□、□□92□□□22	52699	5
追全一等奖	●●●●●●、○●●●●●●	2	80000
追全一等奖	●●●●●○、○●●●●●●	31	4000

本期累计特等奖奖金总额2122.3872万元全额滚入下期。兑奖有效期:自7月11日起60个自然日。本信息如与公证开奖结果不符,以后者为准。追全"1+1"追全活动自6月10日开始至第16116期开始第7月22日开奖的第16085期结束,共13期。更多信息查询:浙江体彩网 www.zjlottery.com 2016年7月10日

体彩 排列3 排列5

第16185期

浙江排列3总投注额:1428280元
全国排列5总投注额:8026472元
排5滚入下期奖池:58.0294万元
排5滚入下期奖池:27124.0594万元

中奖号码(前三位为排列3) 54237

奖项	中奖注数	每注奖金(元)
排列3直选	446注	1040
排列3组选3	0注	346
排列3组选6	635注	173
排列5(全国)	10注	100000
直选加奖	446注	260
组选3加奖	0注	54
组选6加奖	635注	27

兑奖有效期:自7月11日起60个自然日。本信息如与公证开奖结果不符,以后者为准。体彩"排列3"渠道活动从7月1日开奖的16176期开始,至7月30日开奖的第16205期结束,共30期,直选、组选3、组选6均进行单注固定加奖。更多信息查询:浙江体彩网 www.zjlottery.com 2016年7月10日

杭州新乐聚木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从550万元减至100万元。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。

杭州新乐聚木业有限公司

杭州宏南不锈钢有限公司遗失由杭州市工商行政管理局下城分局2013年3月22日核发的注册号为330103000173147营业执照副本,声明作废。

临安虹杰节能灯配件经营部遗失公章一枚,声明作废。

杭州上官球拍有限公司遗失《中华人民共和国外商投资企业批准证书》副本,证书号:商外资浙府资杭字【2003】01391号,声明作废。

浙江台州市交通工程公司遗失建筑业资质证书副本一本,编号:A2021033108201-6/3,声明作废。

临安森驰汽车销售服务有限公司注销清算公告

临安森驰汽车销售服务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。

杭州骐骥医疗设备有限公司注销清算公告

杭州骐骥医疗设备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。

杭州萧山城厢中信房产置换有限公司注销清算公告

杭州萧山城厢中信房产置换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。

本企业(杭州云捷投资管理合伙企业(有限合伙),统一社会信用代码为91330106341930513M)不慎遗失由杭州市西湖区市场监督管理局于2015年11月9日核发的营业执照正、副本,声明作废。