

今天是世界第二个“肺功能日”，现代医学已将肺功能检测作为和心电图、胸部X线等检查视作同等重要，列为常规体检项目

咳嗽胸闷气急别当感冒治



■记者王艳

近来，50多岁的田女士总是咳嗽，闻到烟味、油烟味等刺激性气味时咳嗽加剧；她以为自己是感冒引起的咳嗽，服用止咳化痰药物效果不佳。有天夜里她胸闷气急，咳得喘不过气来，家人赶紧送她到医院急诊科。详细检查后，医生诊断她这是患上了支气管哮喘。

支气管哮喘受遗传和环境影响

浙江省中医院肺功能室主任、副主任医师陈芳介绍，支气管哮喘是由多种细胞和细胞组分参与的气道慢性炎症性疾病，是一种常见的呼吸道疾病。

支气管哮喘的发病因素尚未完全清楚。通常认为哮喘是多基因遗传病，受遗传和环境因素的双重影响。遗传之外，环境中的尘螨、花粉、动物毛屑等吸入物；细菌、病毒、寄生虫等感染；鱼、虾、蟹、牛奶等食物；药物（心得安、阿司匹林等）；工作中经常接触木材、丝、麻、木棉、饲料、蘑菇、松香、活性染料、乙二胺等；气候变化，如气温、湿度、气压和空气中离子等发生改变时均可诱发哮喘。此外，患

者紧张不安、情绪激动等，也会促使哮喘发作，还有的患者在剧烈运动后诱发哮喘发作。

咳嗽、胸闷气急是主要症状

陈芳介绍，支气管哮喘的特征性临床表现通常为喘息和呼吸困难，在哮喘的先兆症状之后，出现胸闷、胸紧、气短和呼吸困难，喉炎往往发作较为突然。因为支气管哮喘是小气道的痉挛，吸气时间短，呼气时间长，患者感到呼气费力，但有些患者感到吸气和呼气都费力。

咳嗽是支气管哮喘的常见症状之一，开始一般为干咳，到哮喘发作期咳嗽和咳痰反而减轻，以喘息症状为主。在哮喘发作接近尾声时，支气管痉挛和气道狭窄减轻，继而会有大量的呼吸道分泌物排出，主要以夜间慢性咳嗽为主。

经肺功能检查和吸入激发试验可确诊为支气管哮喘。严重发作者应常规性胸部X线检查，注意有无肺部感染、肺不张、气胸、纵隔气肿等并发症的存在。

拖着不治或危及生命安全

支气管哮喘症状可在数分钟

内发作，有些症状轻可自行缓解，因此不少患者对支气管哮喘没有重视，仅当成普通的感冒咳嗽，或是气管炎、肺炎或反复呼吸道感染，就医不及时，导致病情得不到及时控制。

陈芳表示，支气管哮喘拖着不治，因气道过敏性炎症持续存在，患者的支气管系统极容易发生收缩，以至痉挛，造成气道阻塞。气流阻塞如果长期得不到控制，肺残气也越来越多，结果使肺体积不断增大，肺泡结构被破坏，这就形成肺气肿，进而还会导致慢性肺动脉高压、慢性肺源性心脏病。

还有的患者病情加重引发急性发作，并发呼吸衰竭，其主要表现是呼吸急促、说话困难，只能单音吐字、心动过速、辅助呼吸肌收缩、多汗、紫绀、意识障碍、球结膜充血、水肿、扑翼样震颤、视神经乳头水肿等，危及患者的生命安全。

定期进行肺功能检查，远离支气管哮喘伤害

肺的主要功能是进行气体交换，把空气中的氧气送入静脉血，排出静脉血中的二氧化碳。此外，肺还具有参与代谢、过滤、储

血等功能。由于人体肺功能代偿能力较强，正常情况下，中青年人一侧肺就可满足人体正常生理需要，所以肺功能损害常常是难以令人察觉，即使肺功能损害已经达到一定的程度，患者常常没有感觉到。

陈芳表示，正因为如此，肺功能测定的临床价值非常大。对于支气管哮喘患者而言，定期进行肺功能检查非常必要，特别是有进行性呼吸困难或活动后气喘的慢性阻塞性肺疾病患者，每年至少2次的肺功能检查，以评估病情的严重程度，指导临床用药，判断疾病治疗的预后。支气管哮喘是慢性病，虽然很难除根，但是定期进行肺功能检查，经过正规化治疗，80%以上的患者能够得到控制。控制后患者能像正常人一样生活、学习和工作。

今天是世界第二个“肺功能日”，国外先进国家已将肺功能检测作为和心电图、胸部X线等检查视作同等重要，列为常规体检项目。因此，陈芳也建议年龄≥40岁、无论是否吸烟或有无呼吸道症状的人群，都应尽早检查肺功能。

■健康推荐

乳腺癌自查早筛需“因地制宜”

专家建议B超联合钼靶筛查

■仇逸

针对最近“乳腺触诊自查，不能降低乳腺癌风险”“乳腺癌筛查，只有钼靶最可靠”等说法，中国抗癌协会乳腺癌专业委员会名誉主任、复旦大学附属肿瘤医院乳腺外科主任邵志敏教授表示，乳腺癌自查早筛要“因地制宜”，在我国，有高危因素的女性，应该35岁起每年接受一次乳腺B超联合钼靶的筛查，普通女性40岁之后也应每年坚持做体检，真正做到早发现、早诊治。

近日，有欧美等指南提到了一个观点：乳腺自查不能提高乳腺癌早期诊断检出率和降低死亡率。难道女性们的镜前乳腺自查就不需要做了吗？对此，邵志敏认为，欧美发达国家已经将一些乳腺癌早期筛查项目比如钼靶列为公共卫生服务项目。

相较于乳腺自查，钼靶可以发现自查还未能摸出的肿块和病灶，两者比较一定是钼靶更有优势，也能发现更多的原位乳腺癌。

“在我国特别是一些偏远山区和经济欠发达地区，未能全面普及推广钼靶或者B超筛查的情况下，乳腺自我检查对于自身发现一些乳腺癌‘信号’还是存有一定的积极意义。”邵志敏说，“乳腺自我检查的普及，也有助于女性乳房健康意识的增强。”

目前，临幊上乳腺癌筛查有三种方法，分别是乳腺B超、钼靶以及核磁共振。邵志敏认为，许多欧美发达国家指南中对于

乳腺癌筛查项目的推荐，是基于他们所在地区的乳腺癌流行病学数据制定出来的。

就世界范围而言，乳腺癌发病率存在明显的地区差异。在我国，诊断为乳腺癌的平均年龄为45~55岁，比西方女性更加年轻。来自上海和北京的数据显示了乳腺癌的两个发病高峰，第一个出现在45~55岁之间，另一个出现在70~74岁之间。在欧美发达国家，乳腺癌患者70%以上是绝经后妇女，而在此年龄段我国患者仅占一半左右。“在没有考虑到人种和地区发病情况差异性的基础上，机械地将国外指南理念机械地‘移植’到中国是不科学的。”邵志敏说。

基于我国女性独有的乳腺癌发病高峰，专家认为，40岁左右的女性由于乳房腺体组织较为致密，钼靶对其穿透力不够，较难发现早期病灶，而乳腺B超却能起到更好地“查漏补缺”。专家还表示，尽管乳腺核磁共振筛查效果更好，但目前用于普通人群的筛查是不经济也不推荐的。

复旦大学附属肿瘤医院曾于2008年5月在闵行七宝社区启动乳腺癌筛查项目，初筛体检覆盖到七宝地区2万多人次。项目通过基于社区人群的研究发现，对中国女性采用钼靶联合乳腺B超的诊断和筛查技术，能够提高诊断率10%以上；虽然钼靶对中老年女性具有广泛适用性，但超声对腺体致密型乳房的年轻患者更具优势。

■健康资讯

管理好清晨血压降低心脑血管疾病风险

■齐中熙

血压患者而言，清晨醒后开始日常活动的最初几小时内（通常在6:00~10:00之间）血压会达到一天中的最高峰值，清晨服药前也恰是降压药物效果最薄弱的阶段。

他表示，造成患者清晨血压管理不当的原因，除了与其自身的病理生理学等因素有关外，还有药物使用的问题，很多患者所使用的降压药无法控制24小时血压。对此他建议，患者使用真正长效且每日服用一次即可以控制24小时血压的药物，以有效控制全天血压波动。

上海交通大学医学院附属瑞金医院、上海市高血压研究所所长王继光教授说，对于大多数高

血压患者而言，清晨醒后开始日常活动的最初几小时内（通常在6:00~10:00之间）血压会达到一天中的最高峰值，清晨服药前也恰是降压药物效果最薄弱的阶段。

他表示，造成患者清晨血压管理不当的原因，除了与其自身的病理生理学等因素有关外，还有药物使用的问题，很多患者所使用的降压药无法控制24小时血压。对此他建议，患者使用真正长效且每日服用一次即可以控制24小时血压的药物，以有效控制全天血压波动。

西兰花或有助治疗糖尿病

■郭洋

糖尿病已成为困扰全球的慢性顽疾，且传统药物并非对所有患者都有效。最新研究发现，西兰花等蔬菜中含有的一种植物活性物质可起到调节血糖的作用，有望用于糖尿病新药研发。

瑞典隆德大学等机构的研究人员在新一期美国《科学转化医学》杂志上报告说，他们分析了数千种植物后发现，西兰花等蔬菜中含有的一种名为萝卜硫素的天然化合物在治疗糖尿病方面最具潜力。萝卜硫素在西兰花、花椰菜、红萝卜等十字花科植物中含量丰富，具有较强的抗癌作用。

研究人员选取了97名肥胖的2型糖尿病患者开展临床试验，让部分患者定期服用含有萝卜硫素的高浓度西兰花芽提取物，另一部分人服用安慰剂。12



特别提醒

高血压患者应留意早期征兆预防中风

■黎华玲

随着高血压发病率的增加，越来越多的人对高血压有了一定的了解，但仍有些患者缺乏对高血压并发症的认识。专家提醒，80%的中风病人有高血压史，高血压患者应密切留意早期征兆预防中风。

神经内科专家杨清武教授介绍，舒张压急剧升高或血压波动较大时，更容易发生中风。其次是心脏病，冠状动脉硬化性心脏病常伴有脑动脉硬化，风湿性心脏病易引起脑栓塞。此外还有糖尿病，约有10%至30%的中风病人患有糖尿病，糖尿病患者血液粘稠度高，多有动脉硬化。最重要的是脑动脉硬化，是中风发生的基础。

对于高血压患者来说，应警惕中风的先兆征象，如头晕、头痛、肢体麻木、昏沉嗜睡，性格反常时，应采取治疗措施，避免中风的发生。消除中风的诱发因素，如情绪波动、过度疲劳、用力过猛等，应自我控制和避免。

此外，生活规律并保证充足的睡眠，保持乐观愉快的心情，坚持体育锻炼和体力活动，能促进胆固醇分解从而降低血脂，降低血小板的凝集性，并能解除精神紧张和疲劳。

最后，专家指出，老年高血压患者一般晚餐清淡，但是有些中年高血压患者常常晚餐丰盛，导致胃肠功能负担加重、影响睡眠，不利于血压下降。杨清武告诫高血压患者，进水量不足会导致夜间血液黏稠，促使血栓形成，引发中风，不要怕夜间多尿而不敢饮水或进粥食。

健康饮食

高油高脂饮食不可怕

关键是控制热量

■李伟

记者日前从中国科学院武汉物理与数学研究所获悉，研究人员通过一年多的实验发现，高热量饮食会影响宿主脂类物质代谢。而且研究发现，热量的摄入指数而非饮食方式是代谢紊乱产生的主导原因。

越来越多的证据表明，适当控制热量的饮食习惯有助于延长寿命并延缓年龄相关疾病的发生。热量能够限制激素和脂质代谢产物的水平变化，并改变能量代谢。然而，科学家们在此之前并不知道在热量控制期间身体所能承受的生物化学变化量，也不能确定其长期效果如何。

中科院武汉物数所王玉兰研究组与上海营养所刘勇研究组合作，开展了为期一年多的实验，研究人员建立了四组小鼠动物模

型，分别是长期喂食低脂饮食组、低脂热量控制组、高脂热量控制组以及高脂饮食组。通过基于核磁共振的代谢组学检测技术，观察了长时间饮食干预下宿主血清和尿样的代谢组变化。

研究发现高热量饮食方式扰乱了脂质代谢、糖代谢、核苷酸代谢，同时也扰动了宿主体内的肠道微生物群与机体本身的相互作用。最重要的是，研究发现这些代谢变化与热量的摄入指数，而非饮食方式密切相关。这也意味着，不论是高脂还是低脂饮食，只要适当控制热量摄入即可。

这一结果为长期膳食干预提供了重要的指导信息，专家建议公众养成在保证机体营养需要的情况下尽量低热量摄入的饮食习惯。高油高脂食物并不是恶魔，有节制的高热量饮食可能也是一种健康的生活方式。

桐庐供电：多举措备战夏峰

“给客户停一次电，我可以通过向客户解释、沟通，但停3次、4次，连我自己都不好意思向客户解释了，所以我觉得服务过程中态度固然重要，但公司内部各部门对服务的支撑能力更重要……”“我同意你的观点，但这里所指的态度还包括我们对客户服务这件事心里的认可度，有了这个认可，你才能很好为客户服务，在服务过程中往往态度比能力更重要……”近日，国网浙江桐庐县供电公司开展“赢在服务”主题论坛，围绕着“有态度才有品质”的服务主题，该公司各部门专业青年骨干力量纷纷表达自己的观点，主题论坛上气氛

拍卖公告					
本公司受委托，定于2017年7月12日下午2时在浙江省金华市环城南路1782号华佑商务宾馆七楼会议厅公开拍卖HKV141型包覆丝机，公告如下：					
序号	标的物名称	生产厂家	数量	起拍价	竞买保证金
1	包覆丝机（大锭子）	精功科技 HKV141	41	164	10
2	包覆丝机（小锭子）	精功科技 HKV141	20	60	10
标的在拍卖前如被撤拍，拍卖人和委托人不承担责任和费用。 即日起至2017年7月9日前接受咨询、看样、展示。欲竞买者凭有效证件并交足保证金（保证金交款截止2017年7月11日下午5时，以到账为准），办理竞买手续后方可参与竞买，报名资料费100元。如竞买不成功，保证金在三个工作日内退还（不计息）。 保证金交款账户：浙江天恒拍卖有限公司 账号：12020212090906777665 开户银行：杭州市工行武林支行 咨询电话：0579-85382306 13588633366 浙江天恒拍卖有限公司 2017年7月4日					

方智淳

个体工商户李海锋遗失
长兴县工商行政管理局2012年
12月12日核发的注册号：
330183000083412营业执照
副本；同时遗失组织机构代码
证副本，代码：57435694-6，声明
作废。

富阳阿丰机械配件厂不慎遗
失企业公章一枚，声明作废。

杭州云鹤机电有限公司遗
失税务登记证副本，税号：
330181056739242；同时遗失组
织机构代码证正本，代码：

56573924-2，声明作废。

富阳荣冠装饰工程有限公司

公告：

杭州卡内网络科技有
限公司于2017年3月31

日在《浙江工人日报》刊登

了注销清算公告，现经本

公司股东（出资人）决定，

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。

杭州今牌装饰工程有限公司

杭州今牌装饰工程有限公司减资公告

经本公司股东（出资人）决定：本公

司书面通知之日起三十日内，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。

杭州富阳金秋无纺布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。

杭州宝亨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