zhj9759@163.com
电话:88860470
责任编辑:
赵华佳

专家问诊

无痛风状高尿酸血症堪比“沉默杀手”

超过80%的此症患者没有临床表现,但人体器官损害仍在悄然发生

李素蘋 温州市中心医院高尿酸血症与痛风协作诊疗中心主任,风湿免疫科主任,主任医师。中华医学会浙江省医学会风湿病学分会常委,温州市医学会风湿病学分会副主任委员,海峡两岸医药卫生交流协会风湿免疫病专家委员会感染学组全国常委。

擅长强直性脊柱炎和类风湿关节炎的早期诊断、规范化治疗,系统性红斑狼疮、干燥综合征、多发性肌炎、系统性血管炎等结缔组织病和痛风、骨质疏松的基础和临床研究、各类原发、继发的肾小球、肾小管与间质病变,急、慢性肾衰竭,尿路感染的诊治,人工肾、人工肝技术。

■记者王艳

近日,温州29岁的翁先生因大脚趾根部红肿疼痛难忍到医院就诊,医生为其做了肝功、肾功、尿常规等检查,发现血尿酸值高达508微摩尔每升,伴指、腕、肘及膝关节等多发痛风结石,诊断为急性痛风发作、高尿酸血症。

高尿酸血症重男轻女,沿海城市多发

温州市中心医院高尿酸血症与痛风协作诊疗中心主任、风湿免疫科主任李素蘋主任医师介绍,高尿酸血症是人体内叫做嘌呤的物质出现代谢障碍,致使血液中尿酸增多而引起的一种代谢性疾病。

据统计,目前我国高尿酸血症患者超过1亿,约占总人口的13.2%~21.04%,患病人群已经超过了糖尿病,接近了高血压。高尿酸血症偏爱男性,40~55岁是高发年龄。南方尤其是经济发达的地区和沿海城市,发病率高于其他地区和城市。

近年来,随着人们生活方式和饮食习惯的改变,高尿酸血症的发病率一直呈上升趋势和年轻化趋势。该院每天接诊的痛风患者占该门诊患者的15%~20%,其中不乏20岁左右的年轻人,还有十几岁的初中生。

高尿酸血症与饮食习惯、生活方式等多种因素有关

李素蘋介绍,尿酸是嘌呤类化合物的代谢产物,正常情况下,体内尿酸的生成和排泄保持平衡。如果血尿酸浓度太低,会导致神经系统改变,而如果代谢不畅,浓度过高就会形成高尿酸血症。

高尿酸血症的高发与多种因素有关,包括遗传、生活方式、饮食习惯、药物滥用等。进食高嘌呤食物,如肉类、海鲜、动物内脏、浓的肉汤,饮用啤酒、白酒、黄酒等,长期摄入过多和体重超重等,均可导致血尿酸水平上升。

高尿酸血症还与心血管病和代谢性疾病伴发,相互作用,相互影响,形成恶性循环。高血压、糖尿病、肥胖、高脂血症以及慢性肾脏病患者,长时间服用利尿药、小剂量阿司匹林、复方降压片等药物,可造成肾脏排泄尿酸减少,也容易出现高尿酸血症。

无症状的高尿酸血症危害更大

许多人以为高尿酸的危害就是导致痛风性关节炎,没有痛风就不可怕,所以对没有痛风的高尿酸血症不当回事。李素蘋表示,这种看法是错误的。临床上将高尿酸血症分为“有症状的高尿酸血症”和“无症状的高尿酸血症”。血尿酸越高,痛风发作越频繁,而且发病年龄也越早,但实际上,只有10%~15%的患者会引起痛风,超过80%的高尿酸血症患者没有临床表现。

相对来说,无症状的高尿酸血症更危险,就像是“沉默杀手”。而且,高尿酸的危害也远远大于人们的想象,不仅可以导致痛风性关节炎、痛风石、肾结石、痛风性肾病和慢性肾功能衰竭,还可能引发多种心血管危险因素及相关疾病,比如代谢综合征、糖尿病、高血压、动脉硬化、冠心病、心肌梗死、肾病等。而无论有无症状,高尿酸血症对人体的器官损害程度是一样的。

管住嘴、迈开腿、控体重、多饮水,远离高尿酸血症

2017年中国高尿酸血症最新指南,无痛风发作的高尿酸血症,若合并以下任意一项,且血尿酸>480微摩尔每升,即应开始治疗。治疗目标是将血尿酸水平控制<360微摩尔每升;同时还应积极控制血糖、血压、血脂等代谢并发症。

李素蘋主任提醒,高尿酸血症的治疗并不意味着就是吃药。如果患者除了血尿酸超标之外并无其他症状,可以先从改善生活方式做起,管住嘴、迈开腿、控体重、多饮水。

建议坚持低嘌呤饮食,严格限制动物内脏、海产品和肉类等高嘌呤食物,鼓励多吃新鲜蔬菜,适量食用豆类及豆制品。多吃水果,多饮水,可减少痛风发作次数,减轻痛风症状。禁酒,包括黄酒、啤酒和白酒。

坚持运动,控制体重。每日中等强度运动30分钟以上,肥胖者应减体重,减轻体重可降低血尿酸水平。

如果患者年龄已经超过60岁,又有冠心病、糖尿病、抽烟史等,则应该药物治疗和改善生活方式同时进行。根据血尿酸升高的水平及合并疾病制定控制目标,给予分级治疗,并定期复查,使血尿酸控制在应有的范围内。切记,相关药物需要在医生的指导下使用。

健康资讯

“白马湖”让你找到健康“秘方”

■记者王艳摄影报道

上周五开始,在杭州白马湖国际会展中心为期三天的杭州国际健康展吸引了众多市民前来寻求健康“秘方”。

一走进展馆,一派“风吹麦浪”的治愈系景象,置身此地,仿佛瞬间穿越到丰收的麦田,所有的烦恼和压力全抛到九霄云外。深入展馆,代表潮流趋势的健康新生活方式逐一呈现,张扬个性的私人定制果蔬汁直送体验、“城市不尘世”的脏车作画展示,边吃边玩,感受脑洞创意带来的乐趣。而最吸引人的当属无所不能测的“正经诊所”,困扰都市年轻人的焦虑症、腰背痛、干眼症、皮肤病等,“正经爱自己”的你,在这里统统可以找到拥抱健康的“秘方”。

图为读者在杭州市第七人民医院展位前接受免费测试,以了解如何舒缓压力。

健康专题

健康生活 科学抗癌

今年的4月15日~21日是第24届全国肿瘤防治宣传周,主题为“科学抗癌,关爱生命”,副主题为“抗癌路上,你我同行”。

今年2月,国家癌症中心发布了中国最新癌症数据,全国每天约1万人确诊癌症;40岁之后癌症发病率快速提升,80岁达到高峰;预期寿命85岁时,一个人累积患癌风险竟然达36%。

另外,据统计,全世界至少有超过1/3的癌症病例可以通过有效的预防手段而避免发生。世界卫生组织倡导的“癌症三级预防体系”中,最重要的预防措施就是在肿瘤尚未形成时,通过健康教育,远离不良的生活习惯来防止其发生。

肺癌甲状腺癌高发

■记者王艳 通讯员王屹峰、王悠清

前天,我省肿瘤防治宣传周暨“中国抗癌日”启动仪式在浙江省肿瘤医院正式举行。仪式上,省癌症中心发布了最新一期的浙江省肿瘤登记地区癌症发病与死亡情况分析报告。

报告显示,发病前10位的恶性肿瘤依次为肺癌、女性乳腺癌、甲状腺癌、结直肠癌、胃癌、肝癌、前列腺癌、宫颈癌、食管癌和子宫体癌,占全部恶性肿瘤发病的76.22%;死亡前10位的恶性肿瘤依次为肺癌、肝癌、胃癌、结直肠癌、食管癌、胰腺癌、女性乳腺癌、前列腺癌、淋巴瘤和脑肿瘤,前10位恶性肿瘤占全部恶性肿瘤死亡的83.63%。

男性发病率高于女性,城市地区发病率高于农村地区。细分来看,男性发病第一位为肺癌,占男性新发病例的24.46%,其次是胃癌、结直肠癌、肝癌、前列腺癌;女性发病第一位为甲状腺癌,占女性新发病例的19.69%,其次为乳腺癌、肺癌、结直肠癌、胃癌。

甲状腺癌成为增长速度最快的恶性肿瘤,尤其好发于中青年女性,女性患者大约是男性患者的2.5~3倍。省肿瘤医院副院长葛明华主任医师分析认为,甲状腺癌高发,除了与碘过量摄入或碘缺乏、辐射、不良生活习惯以及家族史有关外,其中原因之一可能是先进诊断技术的广泛应用。只要经过科学规范的治疗,95%的甲状腺癌可以被治愈。

从死亡顺位来讲,男性恶性肿瘤死因前3位与全国一致,分别为肺癌、肝癌和胃癌。女性死亡前3位依次为肺癌、胃癌和结直肠癌。历史数据显示:浙江省恶性肿瘤中标死亡率自2006年起呈现下降趋势,尤其是肝癌和胃癌,这主要得益于浙江省HBV疫苗的广泛接种以及上消化道癌早诊早治工作的开展。

省癌症中心的工作人员同时发现,评估为癌症高危人群后,实际到医院去筛查的并不多。到医院筛查参与率最低的是肠癌,仅为32.36%。

省肿瘤防治办公室主任、省抗癌协会理事长毛伟敏主任医师表示,肠癌到检率偏低,和要做胃镜、肠镜检查有一定的关联。不少人担心胃镜和肠镜检查存在一定的有创性,误以为很难受。实际上,有消化道症状的40岁以上居民,都应定期做胃镜和肠镜检查。先做碘染色,再行胃镜检查,能发现更早更细微的癌前病变。

中西医并用可“带瘤生存”

■记者王艳 通讯员凌炜滨

肿瘤治疗的主要方法有手术切除、放射治疗、化学治疗、靶向治疗、中医药治疗。湖州市中医院肿瘤科主任、主任中医师关新军表示,根据肿瘤的不同阶段,合理地利用中西医相结合的治疗手段,可减毒增效、防止复发和转移、合理缓解癌痛,提高病人生活质量,延长生存期。

中医认为,肿瘤的发生是由于外来风寒暑湿燥火等邪气,内与喜怒忧思悲恐惊七情内伤及饮食劳伤导致人本身的阴阳失衡、脏腑功能失调、气机郁闭、寒湿痰热瘀毒内结所致。因此要不断调整阴阳平衡、脏腑功能,运用理气开郁、散寒除湿、化痰清热、逐瘀解毒散结等法,以预防癌症发生。

恶性肿瘤是一个从正常组织到癌前病变、最后才发展到癌的渐变过程。中医根据阴阳表里寒热虚实,辨证论治,就有可能治愈癌前病变,阻止癌症发生。

另外,中医、西医治疗是互补和相辅相成的关系,中医药可与手术、放疗、化疗相结合,在术前服用中药,可增强体质、稳定情绪,以利于手术。手术后积极配合中医药治疗,可加速术后的康复,防止或减少术后的肿瘤细胞的扩散,并尽快为及时放疗、化疗创造条件。

放化疗的时候,配合中医药治疗,可有效解决放疗、化疗中或放疗、化疗后的毒副反应,减缓胃肠道反应,改善骨髓抑制,减轻免疫抑制,防止多器官功能损伤,可提高患者机体免疫功能、改善生活质量、防止复发与转移等。

在肿瘤中晚期姑息治疗中,如果已失去手术及放疗、化疗的治疗机会,中药因副作用少,且已经制成大量的静脉滴注的抗肿瘤中药,能抑制肿瘤生长,减缓病情进展,减轻症状,对提高生活质量、延长生存期有一定的作用。

关新军同时提醒,肿瘤是一种慢性病,“带瘤生存”是中医治疗的优势,但中药和西药一样,也有相关的药物不良反应,只有将中西医有机结合、优势互补,才能在肿瘤的治疗中发挥最大作用。

高危人群需专业防癌体检筛查

■记者王艳

近年来,随着癌症的高发与年轻化,人们逐渐意识到健康的重要性,体检已成为很多人每年必做的功课。不少人以为,体检过关了,至少一年内可以高枕无忧了。而实际上,罹患癌症的悲剧照样在发生。

普通体检不能替代防癌体检

浙江省肿瘤医院体检中心主任吕蕾介绍,普通体检侧重评估健康状态,筛查常见病、慢性病,如心脑血管疾病、糖尿病等等,而防癌体检则侧重肿瘤早期筛查,做到早期发现癌症的“蛛丝马迹”、发现癌前病变及早期诊断。防癌体检已逐步成为人们每年体检的重要选择。

防癌体检是“量身定做”,检查前,医生会通过询问或调查问卷的方式了解被检查者的身体状况、家族遗传史、既往病史等,针对性地为其搭配体检项目,还能从数据中分析出深层次原因。

经验丰富的肿瘤专科医生利用专业的技术手段和方法,凭借独特的职业敏感与丰富经验,可发现常规体检检查不到的,或容易疏漏的“蛛丝马迹”。

高危人群应该定期做防癌体检

目前,不少读者对肿瘤防治知识相对缺乏,对肿瘤早期症状不了解,防癌体检不到位,导致临床上确诊的恶性肿瘤中大多已属晚期。吕蕾建议高危人群应该定期做防癌体检。

女性,早婚、多产、多性伴侣、宫颈糜烂大多为宫颈癌高发人群;直系亲属中有得过乳腺癌、本人患有乳腺囊性增生、未生育及未哺乳的为乳腺癌的高危人群;家族性结肠息肉病的家族成员、结肠腺瘤综合征、慢性溃疡性结肠炎等患者均为结直肠癌的高危患者;20岁以下开始吸烟、烟龄在20年以上者、每天吸20支以上为肺癌高危人群;年龄40岁、乙肝表面抗原阳性,或有慢性乙型、丙型肝炎及肝硬化病史的为肝癌高危人群;患有慢性胃溃疡、胃息肉、慢性萎缩性胃炎等慢性胃病的为胃癌高危人群。

当然,防癌体检覆盖面越广越有保障,健康人群特别是35岁~40岁以上人群,最好每年做一次防癌体检。若因其他方面的原因不能做全面的癌症筛查,也有必要每年选择有家族遗传倾向,地域高发的肿瘤项目、或根据自己的生活方式评估高危因素后进行单项筛查。

防癌体检,并非越贵越好

常见的防癌体检项目包括:临床检查、临床检验;更重要的是影像检查,包括超声、放射等;同时还有内镜检查,包括胃肠镜、鼻咽镜等。

近年来,PET-CT检查也成为了防癌体检的“新宠”,尽管其价格昂贵,但仍有不少人频繁选用这种高端的检查设备来筛查癌症。那么,是否最贵的检查就是最好的?

吕蕾指出,与一般的超声、CT检查相比,PET-CT能通过一次性扫描了解全身的状况,早期发现病灶,但仍需要配合临床检查及其他相关检查才能保证筛查的全面性。同时,在早期胃癌、肠癌、宫颈癌方面不如胃镜、肠镜和宫颈细胞学TCT+HPV敏感,不能代替上述三种检查方法。而且,PET-CT价格昂贵,对人体辐射相对偏大,不适合经常重复检查,因此不能常规作为防癌体检的方法使用。

吕蕾同时提醒,癌症的预防与早期筛查是一项长期的工作,我们首先要从思想上去重视,同时改变及摒弃不良生活习惯,做好定期体检,特别是防癌体检。

弃“恶习”,拒“生活方式癌”

■记者王艳

据统计,60%的癌症源于不健康饮食、不良作息等生活习惯。抽烟、酗酒、经常熬夜,人类不健康的衣食住行都有引起癌变的可能,这种癌症就是“生活方式癌”。

浙江省肿瘤医院专家表示,肺癌与长期吸烟、被动吸烟有关,高盐饮食、酗酒、经常熬夜、吃夜宵易导致肝癌、胃癌、食道癌等,而长期高脂肪、低纤维饮食、长期静坐不运动则是大肠癌的高危因素,乳腺癌与高脂肪、高蛋白、高热量饮食脱不了干系。

世界卫生组织提出:三分之一的癌症完全可以预防,三分之一的癌症可以通过早期发现得到根治;三分之一的癌症可以运用现有的医疗措施延长生命、减轻痛苦、改善生活质量。预防生活方式癌,就必须建立健康生活方式。

生活方式的形成,受一个人的社会(经济)地位、思想修养、文化修养、知识结构、个性特征制约,也受客观生活环境的制约与影响。一些不良生活方式维持时间越长,患癌风险会越大。

因此,每个人都应成为自己健康的第一责任人,树立防癌意识,通过建立健康的生活方式,起居规律,平衡膳食,戒烟限酒,适当增加运动并保持乐观心态,切断生活方式与癌症的通道,预防并远离“生活方式癌”。

特别提醒

无缘故淤血者慎防血友病

■记者王艳

今天是“世界血友病日”。

宁波市第二医院血液肿瘤内科主任钱素英主任医师介绍,血友病是一种遗传性疾病,最主要的表现是出血,轻者轻微创伤后有出血,重症患者没有明显外伤也可能发生“自发性”出血,导致部分患者反复出血后关节畸形、残疾等。还有的轻症患者平时无明显的不适,并不知道自己患有此病,甚至等到其他疾病需要手术时才发现。

钱素英表示,虽然血友病迄今尚无根治的方法,但是通过预防性治疗能够大大降低致残率。因此,如果出现以下症状,比如孩子学习站立时,摔倒后出现臀部皮肤青肿不退;换牙时出血不止;轻微损伤和手术后长时间渗血或出血;常有自发性关节肿痛、积血,并反复发生等,可能是血友病的初期表现。一定要及时到医院检查,确诊后给予补充相应的凝血因子治疗。

同时,做好生活护理,尽量消除出血的诱发因素,减少不必要的出血次数。跌、摔、碰及扭伤等外力,可引起局部或者是内脏出血,因此血友病患儿应有约束地去活动,不宜爬高、蹦跳、踢球、长跑等激烈运动,避免打架斗殴行为;生活起居规律,保证充足的睡眠,以避免过度劳累引发出血。

手术、拔牙、注射、针刺等治疗也可引起出血。因此,患者及其家属应该牢记,无论在何时、因何种疾病就诊,都应主动向诊治的医护人员说明血友病的实情,以提示选择应用安全合理的诊疗手段,防止意外出血。在任何情况下都不要应用含有阿司匹林的药物,因为这类药物可以阻止血小板聚集,阻止血栓形成;损伤胃黏膜,引起出血。

另外,在生活中,饮食不当,进食尖锐带刺食物等也可能导致出血。患者或患儿的亲人,要主动向所在幼儿园、学校或者是工作单位说明病情、出血的处理及有关的防护知识,以便共同照顾和关注患者。

钱素英同时提醒,目前替代治疗方法费用昂贵,而且患者反复治疗后产生抗体导致治疗效差甚或无效。血友病通常是通过父母一方的遗传基因传递给下一代,男性发病,女性携带致病基因。因此,建议夫妻双方家族中有过血友病患者,以及家族中有无缘无故容易出现淤血或经常出血的人,在产前做基因筛查,采取选择性妊娠,以避免生下血友病患儿。

阳光普惠,光大银行倾情服务“小微”

截至2017年末,中国光大银行全行国标小微贷款余额4,002.78亿元,比年初增长593.08亿元,增速达17.39%,小微企业贷款客户数量261,144户,小微贷款客户和小微客户申贷获得率均高于上年,增量位于股份制银行前列。

推进线上融资,服务小微企业

2017年5月,光大银行与国粮中心联合推出政策粮在线融资业务,主要服务对象为国粮中心在全国的2.8万三农小微会员企业,通过与保险公司合作,实行国粮项目项下企业异地授信批量报备和授信流程电子化流转,优化授信流程,提升客户体验。截至2017年末,累计放款13.57亿元,服务客户129户,开立对公结算账户275户。

这只是光大银行服务小微企业众多案例中的一项。为推进小微企业在线融资,光大银行改造小微授信流程,创新小微授信业务服务,积极提升客户融资体验,研发上线了“小微企业在线融资系统”,实行部分小微业务授信流程电子化流转,提高业务办理效率,更好推进小微企业发展。

健全支农制度,大力扶持三农

十九大报告指出,农业农村农民问题是关系国计民生的根本性问题,必须始终把解决好“三农”问题作为全党工作重中之重。为此,光大银行强化支农服务政治责任,不断深化农村金融改革创新,健全支农制度,提升金融支农能力,推动金融资源继续向“三农”倾斜。截至2017年末,全行涉农贷款余额2,971.55亿元,比年初上升364.43亿元。

2017年,光大银行引入第三方国有农业担保公司,借助该公司在农业领域的专业性及风险把控能力,搭建“农业担保模式化小微企业授信业务”新模式,精简流程,从根本上解决客户需求。

服务物流企业,促进冷链发展

近年来,光大银行持续加大对现代物流服务业的信贷资源投入,推进物流降本增效,促进冷链物流发展。截至2017年末,物流运输行业表内外授信余额399亿元,较年初增加2亿元;中小型物流企业的表内外授信余额176亿元,比年初增加10亿元,年增幅6%,为中小物流企业健康发展提供有效支持。

黄欢

常山农信社:“好邻居·助企贷”缓解融资难

为了进一步缓解中小型企业融资难,帮扶小微企业做优做强,常山农信联社对获得常山县年度制造业纳税20强、制造业销售20强、技术创新奖、中小企业成长奖、销售上规模奖、国家高新技术企业、省级高新技术企业研发中心、省级创新型示范中小企业、工业企亩均税收贡献奖等荣誉的企业法人代表或实际经营者,推出“好邻居·助企贷”,让“好信用当钱用”。

郑浩

临安广通通信器材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。

宁波市江北永恒建材经营部遗失开具给浙江新中源建设有限公司发票,代码3302171320号码04315984金额88000元,声明作废。
浙江华硕国际贸易有限责任公司遗失浙江省增值税专用发票一张,发票代码3300154130,发票号码00154249,声明作废。
宁波市奥美建筑装饰工程有限公司遗失2017年4月10日核发的营业执照正、副本,代码:91330201309028052B;遗失开户许可证,核准号J3320030583103声明作废。
鲍佳文遗失助理工程师初级证书,编号:2004-考c-00604,声明作废。
宁波市鄞州高桥赵坤副食店遗失开户许可证,核准号J3320026185401;遗失法人章(陈春玲)声明作废
绍兴市越城区猫骑士咖啡馆不慎遗失营业执照副本,注册号:330602604098830。声明作废。
宁波锦涛嘉树农业科技有限公司遗失2018年3月16日核发的营业执照正本,代码:91330226MA2AHKF88G声明作废。
慈溪市创前塑料制品有限公司遗失2016年12月19日核发的营业执照正、副本,统一社会信用代码:91330282595351431 4声明作废。
宁波海曙文娟美容院遗失营业执照副本,注册号330203603065206声明作废。
宁波市江北刘腾水果店遗失2016年12月27日核发的营业执照正、副本,统一社会信用代码:92330205MA283GX91K声明作废。
注销公告:宁波谛豪国际货运代理有限公司经股东会决议,本公司决定注销,同时成立清算小组,并按有关规定办理工商注销手续。特此公告
注销公告:宁波鼎信报关代理有限公司经股东会决议,本公司决定注销,同时成立清算小组,并按有关规定办理工商注销手续。特此公告

嘉兴玄古启明创业投资合伙企业(有限合伙)遗失嘉兴市南湖区行政审批局2013年04月22日核发的营业执照正本,注册号330400000018030,声明作废。
金华市金东区葛周塘制砂场遗失公章一枚,声明作废。
遗失2017年08月08日由金东区市场监督管理局核发的金华市林星园林绿化工程有限公司营业执照正本,副本,统一社会信用代码91330703MA29N65D9M,声明作废。
安吉美达包装印刷有限公司遗失单位公章,防伪编码:3305230074140,声明作废。
遗失2013年03月14日由温岭市工商行政管理局核发的名称*(经营者许立斌)个体工商户营业执照正本,注册号:331081606036859,声明作废。