

健康周刊 Health

最贴心的健康专家

健康日历

4.11

世界帕金森病日

4月11日是世界帕金森病日,专家指出——

手抖肌肉僵直是帕金森病信号

随着中国日益进入老龄化社会,大约每10万人中有1000人患帕金森病,该病起病年龄是45-60岁。江苏省中西医结合医院神经内科刘伟彦主任表示,帕金森病若不及时就诊,会导致症状恶化。而有关调查结果显示,65%的患者是在症状已影响到生活后才去就诊的。78%的受访患者表示,在没就诊前并没有意识到已经患帕金森病。4月11日是第12个“世界帕金森病日”,专家提出,帕金森病治疗不仅要缓解震颤,更要从全面提高患者生活质量出发,提高并更新患者及其家属对疾病的认知。

帕金森病随脑血管病增多

帕金森病是一种常见的神经功能障碍疾病,主要影响中老年人,其症状表现为静止时手、头或嘴不自主地震颤,肌肉僵直,运动缓慢以及姿势平衡障碍等,导致生活不能自理。刘伟彦主任指出,帕金森氏病和帕金森综合征不是一个概念,帕金森氏病原发于脑的黑质和黑质纹状体变性,而帕金森综合征继发于感染、中毒和脑血管疾病,患者出现了类似于帕金森病的临床表现。

随着生活方式改变带来的心脑血管病人增多,老年患者继续增多的同时,也偶见三四十岁人的身影,这是该病年轻化趋势的一个信号。专家认为,除原发性的帕金森病外,三类原因将促使帕金森病人增多:脑血管病人太多;环境污染及接触某些重金属、化学物质;车祸造

成的脑外伤、煤气中毒等意外伤害因素。

部分患者伴有抑郁或焦虑

据介绍,帕金森最典型的症状是“震颤”。起初的轻微症状,可能是手指下意识“搓东西”,也可能面部表情僵硬、动作缓慢、手抖动……这些表现常被误作为身体机能的正常衰老,往往重视不够。因此,当早期患者出现手部抖动,且抖动程度不断加重,起步后控制不住、运动减少等情况,应引起注意,及时到医院诊断治疗。

帕金森病如何判断?刘主任告诉记者,帕金森病主要依靠临床诊断结合实验室检查,如:脑脊液和尿里的高香草酸减少,基因改变(该病有20%的遗传倾向性),PET或SPET功能影像学检查发现多巴胺递质减少,这些便可确诊是否患帕金森病。专家特别指出,帕金森病主要

有药物治疗、外科手术治疗、基因治疗、脑细胞移植治疗等方法,其中药物治疗是目前最为成熟、使用最多的治疗手段。由于部分帕金森病患者伴有不同程度的抑郁或焦虑情绪,因此,专家还建议将心理治疗和康复治疗作为药物治疗的辅助手段,以此提高患者的生活质量。

通讯员 吴青 快报记者 金宁

小链接:

帕金森病是一种常见于中老年的神经系统变性疾病。主要表现为患者动作缓慢,手脚或身体的其它部分震颤,身体失去了柔软性,变得僵硬。帕金森病本身不是一种致命疾病,一般不影响寿命。随着治疗方法和水平的不断创新和提高,越来越多的病人能维持高水平的运动机能和生活质量。

■ 导医短信

鼻窦炎是感冒引起的吗?

最近一段时间,快报短信栏目得到了广大读者的积极支持,栏目每天都会收到近百条咨询短信,由于版面所限,本期健康专版挑选了一些具有代表性的问题,并一一请专家进行解答,有相关需求的读者也可以选择对应的医生,去看他们的专家门诊做进一步治疗。

白癜风为何治疗困难

136xxxx8550问:我亲戚儿子10岁得白癜风,现在患病两年,治疗好像没什么效果,请问是什么原因得这个病的?

江苏省人民医院皮肤科主任医师骆丹答:白癜风是一种发病原因和机理不清的皮肤病,表现为皮肤表面色素脱失,该病临床类型较多,有局限型、有泛发型、有肢端型,还有的人合并有甲亢、糖尿病和自身免疫疾病。白癜风一般较难治疗,通常发病部位在上半身和头面部的,发病时间短的,治疗效果要好一些,用药方面中西药和外用激素类药物均有。此外,还可以进行紫外线照射治疗、发泡移植治疗,以及新的准分子激光治疗等。当然,对治疗的反应情况个体差异较大。专家门诊时间:周一上午、周三全天、周四下午。

感冒后可能继发鼻窦炎

138xxxx4138问:我因为

前段时间重感冒引起了鼻炎,现在出来的鼻涕多数是既黄又有点绿的颜色,而且每次擤鼻涕时头还有点疼,现在还有点咳嗽,我的情况严重吗?

江苏省中医院耳鼻咽喉科主任主任医师陈小宁答:你的症状可能是鼻窦炎,这种病一般是感冒以后引起的继发细菌感染。从西医角度来说治疗主要是消炎,中医主要是清热解毒,看看是否有表症,还要疏风清热,如果没有表症,则要清热化湿。专家门诊时间:周二、周三下午,周六上午。

胆结石是否要切除胆囊

153xxxx1535问:我29岁,有慢性胆囊炎,最大的胆结石是1×0.6厘米。要切除胆囊吗?

解放军第八一医院普外科副主任医师王峰答:如果没有手术禁忌症的话,针对你现在的情况,以手术治疗为主效果可能最好。目前去结石除手术外,还可以选择溶石、碎石的治疗方式。请你来医院让医生根据你的情况拿出具体方案。专家门诊时间:周三上午。快报记者 金宁

小毛病,发条短信

移动用户发短信内容到1062017071、联通用户发短信内容到10620170271,移动0.2元/条,联通0.5元/条。

灵芝虽好使用却有“讲究”

灵芝是中药中最为名贵的一种药用真菌,中国最早的医药书籍——东汉的《神农本草经》把灵芝列为药品第一位。神奇的灵芝经常出现在武侠小说中,在危难时刻救命,人们都认为这个“稀罕物”是包治百病的药。最近几年,南京市场上的灵芝相关的产品也多了起来,大家在眼花缭乱不知如何选择的时候,使用方法也是千奇百怪。笔者走访了中科院研究员、中国药用真菌专家、中科院研究院院长冯敏教授。他为大家开出了如何巧妙使用灵芝的“处方”。

灵芝种类繁多不易辨

中国古代对于灵芝的认识起源于《山海经》中关于炎帝幼女“瑶姬”精魂化为“菡萏”即灵芝的神话故事。后经加工逐渐演变,更加富于神奇色彩。《神农本草经》被认为是我国最早的一部药理学著作,其中详细记载了“六芝”即青芝、赤芝、黄芝、黑芝、紫芝,这六个品种目前都被用于药学的研究中。

冯教授告诉笔者,自然界的灵芝有200多种,中国境内的灵芝大概是108种。虽然种类很多,但是并不市所有的灵芝都有效,中国文献支持的只有18种,而且可靠性和差异性都比较大。赤芝目前在国内是被公认为最好的灵芝,不仅效果最好,而且经过研究安全性

也是最好的。这么多种类的灵芝中,赤芝也是最难培养的。虽然很多打着“野生赤芝”的厂家声称自己是野生的,但是现在这个环境纯粹的野生产量非常小,根本达不到“遍地开花”的量。很多的商家为了节约成本,往往就用一些低劣的木屑培养灵芝。这样强硬的“做”出来的灵芝,虽然外观和好的灵芝没有太大区别,但是药效成分却大打折扣。

根据中科院的经验,真正好的赤芝必须是“仿自然”的人工环境中生长,用的是“原木培养”方法,给灵芝还原一个自然的生长环境。除了制造这样一个天然的小环境以外,他们对外部的大环境要求也很高。成功运送到太空的中科灵芝,其自然生态灵芝培植基地就设在黄山人迹罕至的深山里,选山间栎树椴木栽培的独特赤灵芝菌种原料精制而成。

灵芝精华在孢子

“灵芝是个好东西,但是不找到精华所在,吃了也是白吃,”冯教授告诉记者,目前市场上的灵芝种类繁多,不是专业人士很难辨别出来。其实大家不知道,灵芝最精华的地方是它的孢子,就是大家平常所说的“孢子”。

灵芝的繁殖就是靠孢子,这个用肉眼看不见的种子附着在灵芝的“伞”下面,随风飘走后撒播种子。灵芝孢子中不仅含有丰富的多糖类、多肽类、核

苷类等成份,还富含特有的灵芝三萜。法国、韩国、日本,包括中国科学院在内的世界灵芝研究专家通过大量的实验证明灵芝三萜能有效、快速提高人体免疫功能。灵芝孢子非常微小,其孢子壁(几丁质结构)不溶于水、弱酸,也无法酶解,阻碍人体对灵芝孢子功效成分的吸收。

正是看到了灵芝的精华在孢子,所以目前南京市场上的孢子类产品非常的多,但是究竟是不是通过科学的方式提炼出来的,却有待考究。冯教授告诉笔者,中科院在1997年攻克灵芝孢子破壁技术,它的先进之处在于把精选后的成熟灵芝孢子粉置于充满CO₂的密闭容器中,不添加酸、碱、盐、中药等任何物质,在常温与恒温状态下采用一系列物理技术使之完全破壁,保证了纯灵芝孢子生物活性成分。而由这个制作成的孢子产品最容易被人体所吸收,也更能发挥其“特长”。

科学利用才有用

现在市民的保健意识都比较强,特别是一些中老年人和一些得了肿瘤的患者。他们了解到灵芝孢子的“神奇”之处以后,就不惜花重金买来灵芝,想办法“吃”进去,却不在于自己的方法是否有效。对于这样的现状,冯教授表示非常的遗憾。

他告诉笔者,很多市民以为生吃灵芝、用灵芝煮水喝或

者泡酒喝就可以将灵芝的营养成分都吃到肚子里,却不知道灵芝中很多有效的成分如果不经过科学的处理,根本不会被人体所吸收。他就曾经遇到一个好朋友,兴冲冲的跑过来告诉他花16万买了个好灵芝,请他去鉴定一下。但是冯教授在朋友家里看见的却是一个已经木质化的老灵芝,也就是说和木头没有太大区别的灵芝,所有的营养成分基本都流失了。其实,真正好的灵芝一定要在“成熟期”采摘才有用。

灵芝真的能抑癌吗?

对于灵芝产品可以抑制肿瘤的说法已经被众多肿瘤患者所接受,但也有人提出疑问,灵芝真的能抑癌吗?冯教授对此发表了自己的看法。

冯教授认为,灵芝含有抑制肿瘤的成分这一点是毋庸置疑的,目前研究发现灵芝的抑癌成分主要为灵芝三萜和灵芝多糖,尤其是灵芝三萜对肿瘤的抑制作用更为明显。前不久,美国和以色列的科学家也通过研究发现神奇的东方仙草——灵芝可以通过影响免疫系统,遏制肿瘤的发展,还可以直接攻击肿瘤细胞。灵芝无毒无副作用相对其它治疗手段具有不可比拟的优势。但我们也应科学辩证的看待灵芝的功效,灵芝不是万能的,不能完全替代传统的手

术、放疗三大疗法。我们在坚定灵芝抗肿瘤的同时也反对只用灵芝就能治好肿瘤的观点。大量数据表明对于抑制肿瘤,采用综合的治疗方案效果最好。很多患者反馈资料显示,服用灵芝类制剂的患者5年治愈率明显高于不使用者,这说明灵芝制剂的正面作用是明显的。

灵芝抑癌产品选择有讲究

针对目前市场上层出不穷的灵芝抑癌产品,市民如何区分出好坏呢?冯教授建议,除了看厂家是否正规以外,科研力量是否充足也是评判的标准之一。

冯教授告诉笔者,市场上灵芝抑癌产品很多,但价格不一,特别是一些不法商家利用肿瘤患者对灵芝知识的匮乏,以次充好,给肿瘤患者带来了很大的困惑。其实,灵芝抑癌产品效果好坏关键在于成分灵芝的选择。不同的菌种、不同的生长环境都会影响到灵芝成品质,从而影响灵芝抑癌产品的实际功效与价格。另外,市场上销售的灵芝孢子很多,但不同孢子间却存在很大的差距,即中医药学上介绍的灵芝菌丝体与灵芝子实体之间的差别。虽都是灵芝产物,但二者本质上有很大不同,且价格悬殊。

冯教授还向笔者介绍了自己带领的中科灵芝项目组对现

代灵芝制剂的研发历程,从灵芝菌种的研究到发现灵芝抗肿瘤成分聚集于灵芝孢子内,从中科灵芝孢子的破壁到中科院灵芝孢子的萃取,从灵芝三萜的发现到灵芝孢子油指纹图谱的绘制和灵芝孢子油的全成分分析。

“据我了解,在所有的灵芝制剂中,中科灵芝孢子油科技含量是最高的,对肿瘤的疗效也是最好的。在卫生部批准证书中,中科灵芝孢子油灵芝三萜含量≥20%。中国药科大学权威检测鉴定,中科灵芝孢子油三萜含量高达28.1%,其中四环三萜高达20.5%,五环三萜高达7.6%。江苏省肿瘤防治研究所实验结论认为,中科灵芝孢子油对肿瘤有明显抑制作用,抑癌作用呈良好的量效关系,在肿瘤治疗方面具有很好的应用前景。许多服用灵芝孢子粉的肿瘤患者也纷纷开始改服中科灵芝孢子油。中科灵芝孢子油已经成为很多肿瘤患者顺利度过治疗期和康复期必备的辅助治疗手段。”冯教授说:“中科灵芝孢子油的研制成功是灵芝研究应用上的一个里程碑,它表明了我国灵芝研究已超过日本,走在了世界的前沿。”

为方便广大肿瘤患者了解灵芝抗肿瘤产品的相关情况,笔者还了解到中科院咨询电话83223131,如果需要正规灵芝抗肿瘤产品,也可到中央路131号中科院灵芝专卖店购买。

(苏文)