



如果你爱好中医,期望学习、交流中医中药的各种知识,参与形式多样、以中医中药为主题的线下活动,欢迎加入现代快报中医粉丝会(新浪微博:现代快报-健康周刊,微信公众号:现代快报中医粉丝会)



生殖医学中心:用技术保证质量



2000年生殖医学中心诞生了省首例单精子卵浆内注射“试管婴儿”

试管婴儿即体外受精和胚胎移植技术。自1978年世界上第一个试管婴儿在英国诞生,试管婴儿技术为众多不孕不育家庭带来福音。在我国,因为事业推迟生育或失独,特别是放开“单独二胎”以来,女性高龄生育的比例越来越高。虽然试管婴儿技术已经比较成熟,但“巧妇难为无米之炊”,能否排出优质的卵子成了高龄女性通过试管婴儿妊娠的关键。

超促排卵增加卵巢“负担”

“女性超过35岁,卵巢功能开始下降,而到了38岁以后,卵巢功能会明显下降,卵子质量大不如前。”江苏省人民医院生殖医学中心主任刘嘉茵教授介绍,“本中心在国内较早且大规模将微刺激和自然周期试管婴儿技术用于高龄、卵巢功能减退以及反复促排卵失败患者,目前每年开展1000余周期微刺激和自然周期试管婴儿并快速增长,在这些‘生育条件极差’患者中仍获得30-35%的妊娠率”。为了在一个周期中获得多枚卵子用于体外受精,国内外大多数医疗机构使用大量促性腺激素,采用传统的超促排卵技术,不仅成本昂贵而且卵子的质量反而可能下降,还可能造成肝肾肾功能损伤、血栓形成甚至威胁生命的卵巢过度刺激综合征(OHSS)的发生。并且随着女性年龄增加,卵巢功能的下降,超促排卵的效果会越来越不好。

微刺激和自然周期方案优点

可获得优质卵子 刘嘉茵指出,“对于高龄、卵巢功能减退以及反复促排卵失败的患者宜采用微刺激和自然周期两种方案。微刺激方案是用少量的促排药物,平均每个周期获得1-3枚卵子进行培养,药

量小,对母体伤害不大。自然周期是不用促排卵药物,每个周期获得1枚自然发育的卵子进行培养。这两种方案获得的卵子虽然数量不如超促排卵多,但质量明显提高,且对女性身体及卵巢功能影响极小,这就需要临床医师监测排卵及取卵时间的把握有很丰富的经验。**费用低** 常规试管婴儿费用一般2-4万元,包括检查费、促排卵药物费、手术费等,其中手术费是固定的,而促排卵药物费是造成费用浮动大的主要原因,一般仅促排卵的药物费就可达2万元左右,高龄患者往往需要做几个周期才能取到满意的卵子,如果用超促排卵方案,药物费就是很大负担。而微刺激和自然周期方案用药少,费用大大降低,药物费也就几百元,所有费用加起来一个周期才1万元左右。

排查不孕原因需个性化治疗

“不孕有很多种原因,每名患者的内分泌状态也不一样,在进行试管婴儿之前,一定要做全面检查,进行个性化治疗,才能达到比较理想的效果。”刘嘉茵说:“有经验的生殖专家制定个性化促排卵方案需要充分考虑患者的内分泌情况和疾病史。套用一个促排卵方案是对患者不利的。” 据了解,江苏省人民医院生殖中心1998年诞生了江苏省首例试管婴儿,目前已成为全国唯一一家人类生殖医学国家重点实验室的临床基地,技术专业全面,管理和服务水平一直处于全国前列,并率先提出了一整套降低“试管婴儿”技术并发症的临床理念和方案。2013年3月,在南京成功主办了第六届国际温和刺激方案辅助生殖技术大会,是首个举办该会议的中国生殖中心。 舒黎 朱小刚

天气闷热,冠心病患者要当心

冠心病是中老年人常见病和多发病,许多人认为冬季是冠心病的高发季节,而忽视夏季冠心病复发的危险性。其实,夏天天气炎热血管扩张,温度升高造成心脏负担增加,冠心病发作导致心绞痛乃至心梗的并不少见。每年夏季,特别是天气闷热,空气中湿度升高时,常可见冠心病患者猝死的报道。

老病患夏天如何保养

夏天出汗比较多以后,必须及时补充水分,降低血液黏稠度。在夏天接受介入治疗之后的患者,还是要继续药物治疗,鼓励这些病人夏天多喝水,吃易消化食物,冠心病患者平时宜少食多餐,尤其是晚餐以七八分饱为宜。

冠心病人在室外活动或劳动时应戴遮阳帽并备足水,防止因周围血管扩张、血容量不足而使得冠状动脉供血减少、心肌缺血而诱发心绞痛。平时应坚持锻炼,降低体重控制血压和血脂,建议晚上八九

点钟或凌晨五六点钟出门锻炼。夏天的药物治疗中有扩张血管的药物,天气炎热本身使外周血管扩张,如果再吃扩张血管药物,会引起低血压,因此这个时候降压药物要适当减量,血压偏低时则要停药。

多吃含有膳食纤维的食物

高血压、高血脂、高胆固醇,这些都是心脑血管疾病的常见形态,而这些慢性疾病,90%都是吃出来的,那怎么才能把吃出来的慢性疾病给吃回去呢?据了解,膳食纤维经常摄入不足容易导致血管里脂肪、

胆固醇堆积过多,而膳食纤维能够抑制胆固醇的吸收,从而降低心脑血管的患病风险。燕麦、荞麦、玉米、南瓜、苦瓜、红枣……这些都是常见的膳食纤维含量较多的食品,对于心脑血管疾病患者,建议大家多服用燕麦麸皮,因为燕麦麸皮中含有谷物中最丰富的β葡聚糖,β葡聚糖属可溶性膳食纤维,是已知的降血脂有效成分。

想了解更多夏季冠心病防治的知识,可拨打中医养生俱乐部热线400-117-5180咨询。每天前50名拨打热线读者,可以获赠价值188元膳食纤维体验装一份。

活动预告

糖尿病人如何健康度炎夏

俱乐部第六场讲座下周四开讲,拨打400-117-5180预约座位

每到夏季,血糖易于波动,许多糖尿病患者会以为一年当中夏季血糖最难控制。其实不然,对患有糖尿病的人来说,夏季却是治疗的最佳时机。夏天天气闷热,人们普遍食欲不振,往往转为清淡饮食,而清淡的食物含糖量较低。另外,天气炎热,能量消耗较大、体内新陈代谢旺盛,相对消耗的糖分也较多;人体在夏季对胰岛素的敏感性增高,促进胰岛素的分泌和对胰岛素的利用比其他季节要多。所以,夏季人们查血糖较其他季节要偏低。但这并不意味着到了夏季患者就可放松警惕,健康度炎夏还有很多讲究。针对这个问题,下周四开讲的中医养生俱乐部第六场讲座

将邀请江苏省中西医结合医院内分泌科的专家为大家支招。此外,如果你在糖尿病的治疗中遇到了难题,也有需要的读者即日起可通过400-117-5180报名预约座位。

夏季胰岛素如何保存

近期有不少读者咨询,到了夏季胰岛素要如何保存。专家说,胰岛素是一种蛋白质激素,遇高温会变质凝固而失去生物活性,通常它在正常偏低的温度下是比较稳定的。对于尚未开封的胰岛素,2-8℃冷藏情况下能保存2年。胰岛素启封后,放在25℃以下、阴凉的室温环境

中,可以保存4-6周,不需要放入冰箱。安装好笔芯的胰岛素笔,在保存时须卸下针头,不宜带针头保存。

糖尿病足夏季多发,患者尽量别穿凉鞋

夏季是糖尿病足的多发季节。特别是足部有末梢神经炎及外周血管病者,夏季尽量不要穿凉鞋,最好穿合脚的、不露脚趾的软布鞋。另外,最好穿白袜子,当足部有损伤或是出血时易于发现,并且袜子内面不能有较多的线头或接合处,以免摩擦后损伤皮肤。

特别提醒:要了解更多讲座的信息,可咨询400-117-5180。

家有小胖墩的家长看过来——明基医院暑期有学生免费减重课

据统计,国内大城市的青少年中,100个男生就有12个超重,5个肥胖;100个女生就有7个超重,3个肥胖。肥胖成了影响青少年健康的首要问题,但在实际门诊中,很少有家长会带孩子来看肥胖,等家长意识到要送孩子就诊时,孩子的情况往往已比较严重了。暑期已至,南京明基医院营养科门诊接诊的小胖墩明显增多。为帮助这些孩子科学减重,明基医院将在暑期开展免费减重课程,家有小胖墩的市民不妨帮孩子报名参加(报名电话025-52238800转5212、5507)。

饮食习惯差,10岁女孩体重近140斤

婷婷今年10岁,还是小学生的她体重已近140斤。婷婷妈妈说,孩子从小跟着爷爷奶奶长大,而老人家总认为小孩胖点可爱,所以鼓励孩子多吃,没想到现在孩子成了小胖墩。因为肥胖,婷婷在学校一直很自卑。所以暑假一到,妈妈就急忙带

着她到明基医院就诊。接诊婷婷的是明基医院营养科周彤主任,她说,婷婷从小就喜欢吃巧克力,平时爱喝碳酸饮料和果汁,长期饮食过量导致其肥胖,“从小孩子的饮食习惯没有培养好,导致现在肥胖,并且引起了性早熟,月经也来得早。”通过一段时间的治疗,目前婷婷体重已经减少了18斤,妈妈说瘦下来后婷婷也逐渐变得有自信。

帮孩子建立合理饮食习惯才是健康减肥

在明基医院国际医疗中心营养科门诊,前来咨询的孩子最小的7岁,最大的22岁。周彤提醒家长,肥胖是一种疾病,特别是青少年正处于生长发育时期,过于肥胖不仅影响外表,造成孩子自卑,还会引发身体的其他疾病。导致肥胖的原因通常有三点:一是遗传性,占有40%概率。二是食源性,饮食过度,不吃早餐,没有良好的饮食习惯。三是压力性,很多是因为学业的压力导致突

然肥胖。周彤提醒,肥胖危害大,但如果减重方式不科学,同样会影响孩子健康。目前市面上的减重方式有多种,其中很关键的一条是建立合理的饮食习惯。如果饮食习惯不改,光靠运动难以减重。而这时营养师的介入就非常重要,营养门诊本着合理膳食、科学减肥的原则,充分保证身体蛋白质及其他各种营养素的需要,维持身体摄入热能与消耗之间的平衡状态,逐步帮孩子达到理想体重。

小贴士

为帮助肥胖青少年科学减肥,南京明基医院将在暑期开展免费减重课程。具体安排为:7月19日9:30-11:30,《正确选择食物》;8月2日9:30-11:30,《利用时间运动》。有意的学生及家长可预约报名,报名热线025-52238800转5212、5507,电话预约成功便可享受价值百元的人体成分测试一次及精美礼品一份。

6-12岁儿童暑期可至明基免费体检

南京明基医院将在暑假期间组织医院多科室为6至12岁儿童义诊。具体安排为7月19日至8月16日每周六上午9:00-11:00,免费为孩子们进行视力检查、心脏查体、

矮小症筛查、儿童人体成分检测等。对于发育矮小的儿童还提供免费X光骨龄检查。需要的家长可咨询明基医院025-52238800-6100。 李娜

雅培员工荣登《财富》杂志英雄榜

美国重要商业出版物《财富》杂志最近公布2014年度“500强企业英雄榜”,雅培员工丹·施密茨先生成功入选榜单。施密茨先生通过在各国分享专业营养科学知识来帮助预防严重营养不良和微量营养素缺乏,他的这项工作造福了无数人,尤其是孩子。施密茨这次从上千名500强公司候选人中脱颖而出,在50名入选《财富》杂志英雄榜单中位列第十三。

近年来,施密茨先生还与中国的权威机构和相关组织合作以加

强其营养科学与检测能力。他经常到中国工作,跟来自中国各地的同事和专业人士分享最好的经验,探讨营养分析和实验室管理方面取得的最新进展。“我很荣幸能够来到中国工作,推动营养科学的发展,这对于我们大家都很重要。优质营养能够促进身体健康,同时也在帮助人们发展生命潜能方面起到重要的作用。这就是为什么我在中国和其他国家的工作充满热情,希望能寻找新途径,来通过营养来改善生活品质。”施密茨表示。



黄、市残联工作人员看望了恢复中的小伦珠,奇芳阁、安乐园等爱心企业还送上了慰问金。

5岁藏族女孩伦珠曲央因唇裂而无法开口说话,7月初在南京市社会各界热心人士的帮助下,她从西藏顺利来到南京,接受了唇裂闭合修复手术治疗。目前手术十分成功,术后状况良好。南京市口腔医院胡勤刚院长表示,医院将详细制定小伦珠下一阶段的康复治疗计划,尽最大努力帮助她回归正常生活。南京市民族宗教局副局长朱黎