

常规体检,检还是不检?

中国疾病预防控制中心主任王宇如是说

在近日举行的中国科协年会上,全国政协副主席、中国科协主席韩启德称,普通人体检并没有太大意义,除了老年人,做不做健康体检对死亡率并没有太大的影响。那么,对于我们来说,体检到底检还是不检?面对动辄几个到几十个的检查项目,几百甚至上千元的体检套餐,我们该怎么取舍?中国疾病预防控制中心主任王宇提出3点建议:

高危疾病筛查很有必要

以肺癌为例,如果从它的发病率来看只有35/10万左右,看似离我们很遥远。但是,从死因构成来看,在我国大城市中,恶性肿瘤在死因原因中排首位,约占25%,也就是说,每4个因病死亡的人中就有1人死于各种肿瘤,而肺癌又是最易导致死亡的疾病之一。因此,王宇认为,对于肺癌以及这些易导致死亡的疾病来说,采取一些早诊早治的措施,来预防疾病的发展是很有必要的,医疗机构应该针对那些低概率事件做出合理的决策,即提高疾病

筛查和干预措施的效率,重点去查那些高危人群,以实现医疗资源的最大效率。

不同人群的体检应先设计

王宇认为,体检需要设计。以肺癌的早期筛查为例,如果针对55岁以上、长期吸烟、缺乏锻炼、有不良生活习惯的人群进行体检,筛查的成功率必然会大大提高,也就是说,对于那些没有肺癌高危因素的人群进行普遍全面的筛查是完全没有必要的。因此,对于不同的人,应根据他的具体情况,如生活习惯、身体状况、年龄等对体检进行具体的设计。

科学管理应用体检结果

体检结束后,如果只产生了一份厚厚的体检报告,而不对这份报告进行深入地解读和健康管理,一方面浪费了医疗资源,另一方面,盲目的检查对身体也是没有好处的。王宇认为,未来的体检应该是个性化的,不同的人群应该有不同检查项目,对每个人进行体检的个性化设计,而不是重复做些毫无意义的检查,对体检健康档案进行持续的管理,用最节约的医疗资源去最大化地评估健康状况,以实现最大的健康效益。

本报综合

张医生信箱

16毫米的膀胱结石怎样治疗?

张医生:

我父亲今年78岁,平时有尿频、尿急等现象,有时还尿血,医院检查后发现一个16毫米的膀胱结石,请问,父亲这些症状与膀胱结石有关吗?应该怎么治疗?

湖南长沙 秦先生

秦先生:

长沙星灿医院副主任医师汤鼎中回复,膀胱结石主要表现为排尿时尿液中断伴疼痛,并发炎症及粘膜溃疡时可出现血尿,从您父亲的年龄及症状看,他的这些症状可能不完全是膀胱结石引起,可能还伴有前列腺增生,因为前列腺增生的主要表现就是尿频、尿急、尿痛及尿等待。当然,根据患者的年龄,还应做个PSA(前列腺特异抗原)检测或前列腺穿刺,以排除恶性肿瘤可能。

在排除恶性肿瘤后,可进行前列腺等离子汽化切除术及经尿道输尿管镜膀胱碎石取石术,将前列腺切除和膀胱结石取出。

张医生

如果您有什么疑问或有要咨询的问题,请联系本版责任编辑。
邮箱:57042518@qq.com
电话:0731-84326210

健康卡通



鱼腥草治“阴痒”效果好

鱼腥草有清热解毒、消肿排脓等功效,现代药理研究表明,鱼腥草是一种具有广谱抗菌作用的中药,对细菌、滴虫感染引起的阴痒、尿急、尿痛等有较好疗效。取鱼腥草适量,水煎后熏洗外阴,早晚各1次,轻者连洗1-2次症状可减轻。鱼腥草含挥发油,不宜久煎,水沸后稍煮即可。

图/文 陈望阳

哮喘频发 先找过敏原

“张医生,我的病又发了!”蒋女士对她的主管医生说。蒋女士是一名哮喘患者,3天前才刚出院,这已经是她一个月内第3次住院了,原因是哮喘发作。医生详细询问后得知,蒋女士家卧室窗户正对一片树林,哮喘反复发作可能就是在这个原因。经“敏筛”过敏原定量检测系统查过敏原后提示,(蒋女士)“户尘螨6级,春季花粉6级”(等级越高,越有临床意义)。医生建议她改变居住环境后,蒋女士的哮喘果然得到了有效的控制。

“敏筛”过敏原定量检测系统,通过免疫印迹方法,专门进行过敏原检测,且不受药物、食物及年龄限制,安全灵敏快速,结果精确可靠,可为医生的诊断提供更为准确的依据。该项检测可以检测35种过敏原,其中吸入性24种,如户尘螨、屋尘、猫毛、狗毛、蟑螂、点青霉、分枝孢霉、烟曲霉、交链孢霉、黑曲霉、桑树、柏、榆、梧桐、柳、栎、桦、枫、胡桃、杨、矮豚草、蒿、葎草、藜;食入性11种,如鸡蛋白、鸡蛋黄、牛奶、苋、虾、蟹、贝、牛肉、腰果、菠萝、芒果,以及总IgE。

这种检测方法主要是为寻找I型变态反应过敏性疾病的过敏原,常见的疾病有过敏性鼻炎、支气管哮喘、花粉症、真菌孢子或有机粉尘过敏所致肺间质疾病、儿童慢性咳嗽、小儿气喘等呼吸系统疾病,以及特异性湿疹、血管神经性水肿、荨麻疹、变态反应性接触性皮炎、异位性皮炎等皮肤病。

长沙市第三医院呼吸内科 张平

肝脏有“四怕”

肝脏位于人体右上腹,是人体最大的实质性器官,犹如一个“化工厂”,担负着分泌胆汁、解毒、代谢、免疫、凝血等重要功能。要提醒的是,生活中的一些不良习惯容易伤到肝脏,影响肝功能,肝脏主要有以下“四怕”,我们应尽量避免。

一怕累 很多人因为工作原因要经常出差、熬夜,导致过度劳累、精神高度紧张,再加上高热量食物摄入过多、缺少运动,容易引起肝功能异常。此外,过度劳累还会破坏机体相对平衡的免疫状况,如原有的乙肝、丙肝病毒会复制加剧,加重肝脏负担。所以,人们即便再忙,也要劳逸结合,每天保证6-8小时睡眠。

二怕酒 长期或一次性大量饮酒,易对肝脏造成伤害,使肝细胞变性、坏死、纤维组织增生,最终导致肝硬化,医学上称之为“酒精肝”。此外,长期酗酒还可影响脂肪代谢,引起脂肪肝。所以,爱喝酒的人最好能够戒酒、少饮酒,而那些需要应酬的人,也应提高健康意识,不要拿自己

的健康作为代价。

三怕药 肝脏是人体最大的解毒器官,大多数药物都需要经肝脏代谢,由此引起的药物性肝损害发生率也很高。大多数肝损害在减药或停药后会恢复正常,但也有少数会发展为较严重的、不可逆的肝损害。因此,在治疗疾病时,一定要在正规医院医生的指导下用药,切莫擅自服药或轻信所谓的“偏方”、“秘方”。

四怕胖 过度肥胖可导致脂肪在肝脏异常堆积,引起脂肪肝,严重者还会引发肝纤维化,继而发展为肝硬化、肝癌。所以,肥胖者应将自己的体重控制在正常范围内,少吃高脂高热量的食物,多运动。

湖南省儿童医院 中西医结合科康复理疗师 伍俊妮

帕金森新疗法

双手抖、僵直、翻身困难、流口水、记性差等

一项国际性的科学研究成果,一种神秘物质神经生长因子 NGF 创造了大脑神经系统损伤后可以修复、再生的契机。在国家重大科学基金的支持下——神经生长因子口服液问世,使很多帕金森患者彻底康复成为现实。

神经生长因子口服液中独有的神经生长因子——NGF,能帮助清除脑部垃圾,营养脑组织,疏通大脑营养的共赢通路,逐渐恢复正常的脑代谢功能;它能透过血脑屏障,

直接嵌入神经细胞膜,增强营养物质运转,促进脑血管运行,定向修复受损的多巴胺神经元,使其正常分泌多巴胺递质,从而逐渐减轻帕金森症状,改善帕金森患者生活质量。

帕金森患者坚持采用神经生长因子口服液配合治疗,1-3个月,手脚抖动症状减轻、关节僵硬缓解,走路不拖步,四肢活动有力,手可以拿稳碗筷、穿衣解扣,走路也平稳了,生活能基本自理。

销售地址:长沙市蓝色地标大药房(长沙市解放西路136号省人民医院斜对面、长沙市公安局旁)

咨询专线:0731-85461842