■健康观察

养生谣言还会换多少“马甲”？

据1月11日央视报道，最近在浙江省温州市出现一种叫“零抚生命密码”的生命疗养课程，称通过心灵自然疗法，无需仪器、药物治愈任何顽疾。

“零抚生命密码”宣称人的意念能够聚合光、宇宙能力、上古能量来按摩病灶，让人想起前几年的“意念治病”——摈弃药物治疗功效，放大意念的作用。这些显然都是伪科学。

“零抚生命密码”无疑是“意念治病”换个马甲，其死灰复燃缘于暴利诱惑精准抓住患者对健康的渴望和对疾病的恐惧心理，这似乎从来不缺少流量。“意念治病”课程所到之处，听众相拥而泣、闭目遥想、专心运行“意念”，虔诚至极。比如，2015年，北京警方抓捕涉嫌利用“意念治病”实施诈骗的一些人时，竟然遭受被洗脑会员的阻拦。

“意念治病”打了医学界“心理暗示”的擦边球。该理论认为，人的内心储藏巨大力量，借助积极的心理暗示，会对患者产生安慰功效，带来乐观情绪，从而提高疗效。“意念治病”曲解概念，是与医学背道而驰的伪科学。

很多人被洗脑，为伪科学提供了广阔的市场和财源，光靠警方单打独斗不行。“意念治病”死了，“零抚生命密码”又横空出世，下一次换个什么马甲谁都说不准。粉碎“意念治病”等伪科学，还得依靠真科学。比如，利用媒体等宣传工具，聚合政府职能部门、社会组织力量，加大科学养生的宣传教育，提高群众对伪科学的识别能力，将患者的疾病焦虑和健康需求引导到对现代医学的信赖上来。

消灭愚昧和冥顽，最有效的手段是科学。科学在人们心中树立的理性，才是伪科学和养生谣言的强大“粉碎机”。

（《工人日报》1.14，范军/文）

■发现

南京医大发现

与肥胖相关的炎症“刹车”蛋白

南京医科大学课题组近日研究发现，巨噬细胞中有一种蛋白，能像“刹车”一样减轻慢性炎症对机体的损伤，该发现对治疗与肥胖相关的代谢性疾病有启发意义。相关成果发表在《自然·通讯》上。

据该校基础医学院陈琪教授介绍，代谢性疾病包括糖尿病、脂肪肝、心血管病等，高糖高脂食物摄入过多容易引起肥胖，肥胖会诱发慢性炎症，目前尚无针对炎症靶点有效防治代谢性疾病的药物。

研究发现的蛋白名为穹隆主体蛋白（MVP），陈琪表示，在慢性炎症反应中，作为免疫系统的重要组成部分，巨噬细胞就像大杀四方的“将军”，既会消灭病毒和细菌，也会“误伤”其他正常组织，脂肪组织中的MVP蛋白主要来自巨噬细胞。

课题组让小鼠的巨噬细胞无法产生MVP蛋白，再喂养高脂饲料，结果发现，小鼠更容易出现体重增加、血糖血脂升高、脂肪肝等代谢紊乱的特征；喂养高胆固醇饲料，发现小鼠更容易形成动脉粥样硬化病变。

“这些都是肥胖等代谢性疾病的特征。”陈琪表示，两组实验中，小鼠的炎症反应明显增强。“这表明它们的巨噬细胞过于活跃了，缺失MVP蛋白会加剧肥胖和代谢紊乱，MVP蛋白在抗肥胖和抗炎方面起重要作用。”

进一步研究发现，MVP蛋白的一个片段结构具有抗炎作用，能减轻巨噬细胞的炎症反应。“它就像‘刹车’一样，防止巨噬细胞‘杀红了眼’，引导免疫系统走向对机体有益的一面。”陈琪说。

陈琪表示，这项研究为防治肥胖、冠心病等代谢性疾病提供了新的靶点和理论依据，对MVP蛋白小片段的研究，也为课题组今后实施成果转化、研制对应药物打下了基础。

（新华网，1.6，陈席元/文）

■给您提个醒

拔火罐烫伤的人日渐增多

这个理疗项目别随便做

拔火罐具有通经活络、行气活血、消肿止痛、祛风散寒等作用。因为适用范围广泛，除正规医院外，如今许多足浴店、美容养生馆、私人小诊所都有拔火罐等保健项目，还有很多人会自行购买拔火罐器具在家理疗。

“拔火罐烫伤的人日渐增多，我们在日常门诊中，就接诊了很多患者。”杭州市红十字会医院针灸科副主任刘承浩为此特意联系媒体，想向大众做个提醒，“拔火罐讲究很多，一定要规范操作。”

“拔火罐时，酒精棉蘸取的酒精量，火力大小，火苗在罐体内留存的时间，以及拔罐时间长短等，都需要灵活掌握。操作者还要了解患者的病症、体质、穴位等，一旦掌握不好，就容易烫伤，形成水泡。”刘承浩提醒。

“操作时，注意别灼伤或烫伤皮肤。一旦烫伤，或留罐时间太长，导致皮肤起水泡时，小水泡敷消毒纱布，防止擦破即可；水泡较大时，可用消毒针将水泡刺破，放出水液，用消毒纱布包敷，以防感染，并马上到医院进行处理，千万不可用‘土方法’自行处理患处。”刘承浩说。

他同时提醒，拔罐并非人人适合，体质虚弱者及皮肤病、心脏病、糖尿病和各种传染病患者等，都不适合拔罐。另外，皮肤过敏、溃疡、水肿者，高热抽搐者，孕妇等群体也不宜拔罐。有拔罐需求的市民，最好还是选择专业的医疗机构接受治疗。

（《杭州日报》1.9，柴悦颖、张弛/文）

■新技术

通过汗液测酒驾 可补呼吸检测不足

长期以来，人们一直使用呼吸仪检测酒驾。但这种仪器的不足之处是：酒驾者会找各种借口，比如刚用过漱口水（里面含有酒精）等。此外，呼吸检测器需要连续吹上10秒钟，一旦人处于昏迷状态，则无法进行检测。

《分析化学》科学杂志最近报道，美国奥尔巴尼大学化学系副教授扬·哈拉梅克宣称发明了一种能利用汗液准确、快速检测体内酒精含量的神器。

哈拉梅克副教授率领的团组对26名志愿者进行了试验。他们先对每个人进行检测，证明没有喝酒。然后每人喝几杯40度伏特加。随后，使用汗水和呼吸两种设备进行检测，并对获取的100多个读数进行比较。结果表明前者更为快速、准确和便捷。

哈拉梅克副教授认为，不久的将来，汗液分析器有望取代呼吸分析器测酒驾。

（《北京日报》1.8，王斌/文）

■探索

癌症放疗：质子与X光疗效相似但副作用更少

美国研究人员近日在《JAMA肿瘤学》上发表的一项研究显示，对于癌症治疗来说，质子治疗和目前的标准光子治疗——X射线放疗相比，疗效相似，但副作用更少。

该研究由美国圣路易斯华盛顿大学医学院和宾夕法尼亚大学佩雷尔曼医学院研究人员联合进行，对质子治疗与光子治疗的效果和副作用情况进行了对比。有1483名非转移性、局部晚期癌症患者参与了该项研究。这些患者都接受了同步放化疗，其中391名患者接受了质子治疗，1092名患者接受X射线放疗。

研究人员发现，在治疗期间，两组患者在生存率和癌症控制方面无明显差异，质子治疗组一年的总体生存率为83%，而X射线治疗组为81%。但两种疗法的副作用差异十分明显：在90天内，质子治疗组中有45名患者（11.5%）出现了严重的副作用症状，而X射线治疗组有301名患者（27.6%）在同一时期出现了严重副作用症状。这种差异还是在质子治疗组患者平均年龄更大且存在更多医疗问题情况下出现的。研究人员称，剔除这些差异因素影响，接受质子治疗的患者在90天内出现严重副作用症状的风险要比接受X射线治疗的患者低2/3。

质子和X射线这两种放射疗法均已获得美国食品药品管理局的批准，用于癌症治疗。X射线束由光子组成，可以直接穿过人体，其会在穿过健康组织时产生严重副作用。而质子则是相对重的带正电粒子，其会在击中目标后停止，从而降低对健康组织造成损害的几率。

研究人员表示，同步放化疗是许多癌症的标准治疗方法，新研究表明，质子治疗结合同步化疗，可达到与常规X射线放疗相似的肿瘤控制效果，但副作用更少。这一发现可能会促使放射肿瘤学家设计新的临床试验，以研究通过增加质子放射剂量提高疗效的可行性。同时该发现也为老年癌症患者获取其可耐受的治疗手段提供了更好选项。随着人口老龄化趋势发展，这一点更显重要。

（《科技日报》2019.12.31，刘海英/文）