

2.28 “国际罕见病日”

罕见病不罕见 可防可控

2月28日是第15个“国际罕见病日”，今年的主题是“分享你的生命色彩”。罕见病又被称为“孤儿病”，多为先天性疾病或者遗传性疾病，如人们所熟悉的“渐冻人”（肌萎缩性脊髓侧索硬化症）、“瓷娃娃”（成骨不全症）、“月亮孩子”（白化病）、“不食人间烟火的孩子”（苯丙酮尿症）等都属于此类。

由于罕见病大多属于遗传性疾病，与基因变异有关，因此没有特效药，但也并非不可防控。早期诊断、早期干预，对罕见病的治疗还是非常有价值的，比如苯丙酮尿症患者，在出生后及时进行新生儿疾病筛查，筛查出来后立即进行特殊的饮食治疗，患儿仍然可以和正常人一样生活。

就单一的疾病来说，罕见病的发病率非常低，但是全球发现的罕见病已经超过7000余种，占人类已知疾病的10%，由此可见，罕见病并不罕见。目前，我国罕见病登记系统共有病例18971例，湖南省共计29376例。自2021年4月29日启动湖南省罕见病诊疗协作网以来，湖南省致力于推动罕见病诊治工作规范、有序发展，提升各医疗机构罕见病的识别意识和诊疗、管理水平，为罕见病患者提供早诊早治和方便的诊疗通道，减轻医疗负担，维护罕见病患者



健康权益。

湖南省罕见病全病程管理服务由中南大学湘雅医院首创，包括预约诊疗、健康咨询、延伸服务、个案管理、双向转诊五大功能模块。以跨团队合作的方式，运用“互联网+信息技术”构建全病程管理系统，实现医护人员与患者“线上+线下”互动，医联体单位“院内+院外”信息互通，打造贯穿患者就医“院前、院中、院后”的全程闭环式疾病周期管理新模式。

湖南省妇幼保健院作为湖南省产前诊断中心和新生儿疾病筛查中心，一直致力于罕见性疾病早期发现和干预，已形成了“筛查-诊断-治疗-再生育指导-产

前诊断”罕见病综合服务链模式，近20年来为近千个罕见病家庭提供产前诊断服务，有效避免这些家庭再生育患儿，为4000余例遗传代谢病患儿提供诊治和长期随访。2019年，该院还组建了罕见病多学科团队，包括国家卫健委出生缺陷研究与预防重点实验室、医学遗传科、新生儿科、儿童康复科、儿童保健科、儿童眼保健科、儿童耳鼻喉科等学科科研和临床专家，开设罕见病多学科门诊，在染色体病、基因组病、孤独症等神经发育障碍疾病的遗传研究与干预达到国内一流水平。

大众卫生报全媒体记者 梁湘茂
通讯员 罗闻 黄睿 韩旭

“自体血”PRP技术 “保膝”“换膝”巧结合

随着我国人口日益老龄化，膝骨关节炎患者越来越多，可引起膝关节疼痛、关节畸形和肢体活动障碍，导致患者生活质量下降。娄底市骨伤医院关节科为更好地为患者减轻疼痛、改善关节功能、加速创面愈合，将“保膝”和“换膝”的方法巧妙结合，特别是“自体血”PRP技术以其独特的疗效给众多患者带来了新的希望。

PRP中文名为富血小板血浆，其血小板浓度可达到全血的4~8倍。PRP技术即通过离心技术把血液中的血小板收集起来，然后回注到患者的损伤部位，对患处组织细胞和基质的再生起促进作用，从而加速组织的修复，以此达到抗炎止痛、延长关节使用寿命的目的。

人体某些组织自身修复能力较弱，一旦损伤很难恢复，如退行性骨关节炎、软骨损伤、肌腱韧带损伤、压疮、糖尿病创面、放疗后创面等。这类损伤之所以无法依靠自身修复能力愈合，主要是因为这些部位缺乏足够的生长因子，或生长因子活性、数量不足，或活性不佳的生长因子不足以启动和调控组织的修复过程，而PRP中含有高浓度的生长因子，弥补了这一不足，大大提高疗效。

此外，PRP技术还有以下优势：1) 安全性高。由于患者使用的是自身血液分离萃取的血小板血浆，减少了治疗后排斥的可能性，也无需担心有传染病的危险，且无副作用，无并发症，患者痛苦小。2) 制备方便，不影响正常工作生活。患者采静脉血后20~30分钟即可实时进行治疗，术后即可恢复日常生活，无需住院。

目前，PRP技术已在临床上广泛使用，常见于骨关节炎、退化性关节炎、急性慢性肌腱炎、慢性肩痛、腱及韧带扭伤拉伤、足底筋膜炎、跟腱炎的治疗，也用于美容整形及创面愈合。

通讯员 李中连 周红

跌打扭伤就用红花油?

医生提醒:三种情况不宜用

红花油是家庭常备药物之一，由多种中草药挥发油与酒精组成，具有活血化瘀、消肿止痛的功效，主要用于各种跌打扭伤等外伤性疾病。红花油疗效虽好，但并非“万金油”，下面三种情况是不宜使用红花油的。

扭伤初期(24小时内) 扭伤通常是因为剧烈运动或运动姿势不当，造成皮下软组织毛细血管破裂引起局部渗血、水肿，继而出现局部炎症反应，而红花油的活血作用会导致毛细血管持续出血，增加局部渗血与水肿。这时正确的处理方法应该是停止活动，予以冷敷，加速局部毛细血管收缩，减少出血与渗出，缓解局部的肿胀和炎症反应。

扭伤后出现瘀斑 扭伤后皮肤出现青紫色瘀斑常见于皮下局部出血，此时使用红花油不仅不能止血，反而会加重出血，导致瘀斑面积增加，持续时间增长。正确的处理方法应该是先局部冷敷促进血管收缩止血，待局部血止后再用红花油消肿止痛。

扭伤后皮肤破溃 红花油中的挥发油与酒精均有刺激性，如用于皮肤破溃处会刺激伤口引起剧烈疼痛或诱发感染而加重伤势。另外，婴幼儿因皮肤娇嫩，也不建议使用红花油。

湖南中医药大学第一附属医院药学部
主管中药师 肖望重

患过头晕的人能不能开车?

专家:因病情而异

不论是走亲访友还是外出旅游，自驾都是目前最主要的交通方式，那对于曾经患过头晕的朋友适不适合开车呢，现在就来听听长沙市第一医院眩晕诊疗专家、副主任医师余孝君怎么说。

1. 晕车的人可以开车

车子发动、刹车时产生的加速度会刺激人体的平衡感受器(半规管和球囊、椭圆囊等)，导致周围环境传入人体大脑的运动指令和感觉反馈不一致，部分人会产生头晕、恶心，甚至呕吐等晕车现象。而当这类人群在开车时由于精神处于高度紧张状态，每一次发动、刹车都是大脑中枢提前预判的。前庭神经系统属于低级中枢，受大脑皮层高级中枢影响，高级中枢对低级中枢有抑制作用，所以，当晕车的人开车时，大脑皮层高级中枢高度兴奋，对前庭系统产生抑制作用，反而不会晕车，这类人可以开车。

2. 曾因脑梗出现一过性头晕的人不推荐开车

曾经因为脑梗出现过一

过性头晕的人，如果通过药物将脑血管疾病危险因素(如高血脂、高血压、高血糖等指标)基本控制正常，再次脑梗的风险较低，可以考虑开车，否则不推荐开车。

3. 因耳石症眩晕的人可以开车

耳石症是一种耳源性眩晕的常见疾病，表现为头部运动至某一特定位置时出现的阵发性发作的眩晕和眼震，又叫“良性阵发性位置性眩晕”，持续时间不超过1分钟。这类患者通过一定的手法或仪器将耳石复位后，症状即可明显缓解，康复后不影响驾车。

4. 其他疾病引起的阵发性眩晕不推荐开车

前庭阵发性、前庭性偏头痛、梅尼埃病等疾病引起的阵发性眩晕，发病前一般没有任何预兆，且症状较重，这类人是不推荐开车的。另外，因占位性病变等器质性原因引起头晕的患者则需要由医生评估是否能开车。

通讯员 唐波

健康卡通



酒精浓度并非越高越好

医用酒精有95%、75%、50%和30%四种浓度，每种浓度的作用有所不同，并非越高越好。95%的酒精因浓度过高，会使细菌表面凝固，妨碍酒精进入细胞，降低杀菌能力，故不能用于皮肤消毒，只有75%的酒精可以渗透到细菌内部，并将其杀灭。50%的酒精可促进皮肤局部血液循环，可用于预防长期卧床而产生的褥疮，而30%的酒精外涂皮肤可以带走体表的热量，可用于物理降温。

图/文 陈望阳