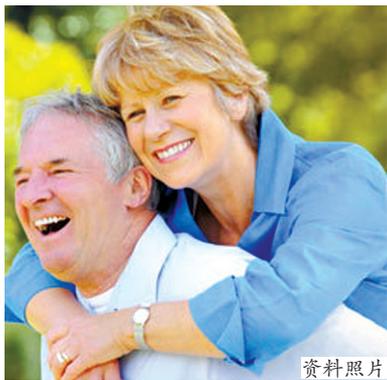


美国研究发现

好心态抗衰老比运动6个月有效

本报讯 对老人而言,保持积极心态对健康十分有益。美国耶鲁大学公共卫生学院和加州大学伯克利分校的研究人员发现,积极心态比运动更能提升老年人的健康水平。研究首次证实,下意识地接触积极信息能促进身体健康,甚至超过6个月运动带来的好处。

为了解衰老的心理认知模式对老年人身心健康的影响,研究人员选择了平均年龄在81岁的100位老人为研究对象,进行分组对照研究。其中一组受试者坐在电脑前,屏幕上飞快闪过诸如“坚韧”“创造力”等积极词汇,它们出现的速度极快,



资料照片

达到让这些词汇在他们大脑中留下印象,却又不会被深刻记住的程度。另一组受试者则没有接受任何积极信息的测试。

结果显示,接受积极信息的人在心理和生理方面都有进步。3周后,接受积极心理暗示的老人在行走、保持平衡等方面表现更好。同时,他们积极的自我认知得到强化,衰老的消极想法被削弱。

该项目首席研究员贝卡·利维说,这一研究结果成功表明,引导性的潜意识手段能改善老人的身体机能。潜移默化的信息能够帮助人们改变社会强加给老年人的消极认知模式。(小腾)

乳腺癌是女性最常见的恶性肿瘤之一,部分患者及家属害怕癌细胞向全身转移,往往在可以接受保乳手术的情况下放弃了保乳机会,采取“一刀切”的手术方式,却不知乳腺癌是一种全身性疾病,单靠手术切除并不能取得最好的治疗效果。作为我市乳腺癌规范化治疗的积极倡导者,平煤神马医疗集团总医院乳腺外科主任陈秀春建议:

乳腺癌规范化治疗 有效提高患者生活质量

11月13日上午8点半,市民王女士赶到平煤神马医疗集团总医院乳腺外科门诊复查,结果显示一切良好。“多亏陈主任给我及时做了保乳手术,我才恢复得这么好。”王女士说。

一年前,王女士因发现乳腺肿块到该院检查时查出乳腺癌,乳腺外科主任陈秀春为她制定了个性化的治疗方案,对其实施了保乳手术。“以前很多患者认为乳腺癌只是局部病变,切除范围越大,手术效果越好,却没有认识到乳腺癌是一种全身性疾病,手术范围的大小与治疗效果没有必然关系。”陈秀春说。近年来,该科为了让乳腺癌的治疗更加规范化,以生物学的差异为划分依据,将乳腺癌的种类分型,根据患者的不同情况选择有针对性的个性化治疗方案,有效提高了患者术后的生活质量。

保乳、保腋窝手术 让健康与美丽同在

近日,50岁的市民朱女士因乳腺癌在总医院乳腺外科接受了保乳手术和腋窝前哨淋巴结活检手术。“要不是陈主任术前给我做了充足的思想工作,我一定会因失去乳房而后悔。”朱女士说,她不仅保留了乳房,身体也恢复得不错。

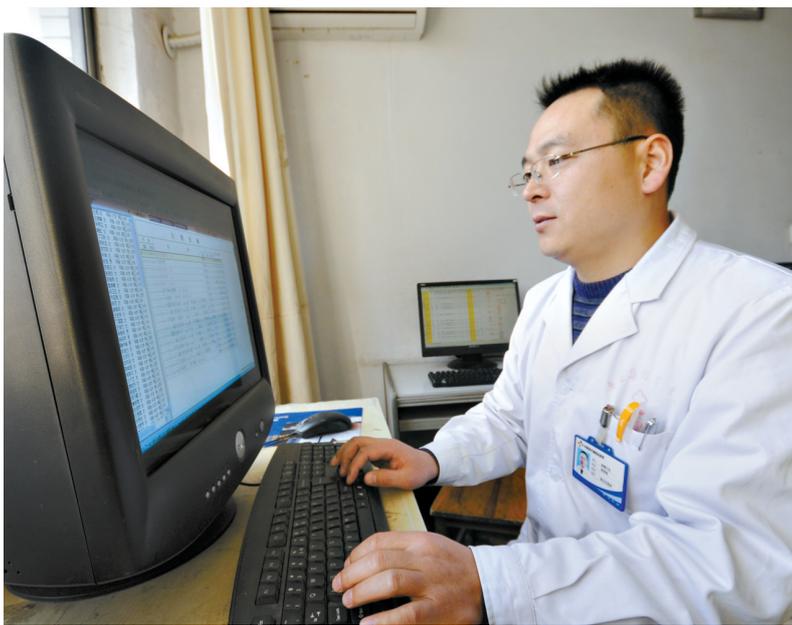
据了解,朱女士因乳房有肿块来总医院做检查,结果发现左乳内有一2cm×1.5cm的肿瘤,最终确诊为乳腺癌。朱女士的丈夫由于害怕癌细胞转移全身,始终不肯让她接受保乳手术。陈秀春考虑到朱女士有强烈的保乳意愿,与她进行了长时间的沟通与交流,在成功打消她的手术顾虑后,为其实施了个体化保乳手术。

淋巴结转移是乳腺癌最常见的并发症之一,但只有10%以下的乳腺癌患者存在腋窝淋巴结转移的情况。“对朱女士做腋窝前哨淋巴结活检,把腋窝淋巴结中第一站转移的淋巴结挑出来,若此淋巴结没有转移的话,就不需要做腋窝清扫了,此手术只是一个小手术,能在很大程度上节省病人的手术费用。”陈秀春告诉笔者,以前的乳腺癌外科手术大多要把乳房切掉,并对腋窝淋巴结进行常规清扫,患者经常会有上肢水肿、疼痛以致不能干重活的苦恼,严重影响了生活质量。

据悉,该科从2009年开展保乳手术以来,已经为300余例患者成功实施了保乳、保腋窝手术,乳腺癌患者的临床保乳率达到40%,在我省乳腺专科处于领先地位。

彩超定位下乳腺肿瘤微创旋切术 为早期乳腺癌诊断奠定基础

“幸亏及时做了微创手术,否则癌症发展到晚期就不好治了。”市民范女士



陈秀春在为患者建立康复档案。本报记者 李英平 摄

说。近日,她在一次乳腺彩超检查中意外发现右乳内长有一肿瘤。随后陈秀春为其成功实施了彩超定位下乳腺肿瘤微创旋切术。

据陈秀春介绍,范女士的术后病理报告显示她患有乳腺癌,因发现较早,成功为她实施了保乳保腋窝手术。“像范女士这样通过乳腺肿瘤微创旋切术后病理检查确定早期乳腺癌的患者很多。”陈秀春告诉笔者,乳腺肿瘤微创旋切术主要适用于2cm以下、手不能触摸到、手术很难切除的乳腺肿瘤,整个手术过程可利用彩超实时进行监测定位,对于术前无法触及的微小病灶,在彩超下可以准确地完全切除,从而避免了开放性手术为切除病灶而切除过多正常组织的情况以及漏切病灶的可能。

据了解,该科自2010年以来已成功开展微创手术2000余例。该方法凭借创伤小、治疗时间短、术后恢复快、并发症少等优势,不但保留了女性患者的胸廓美观,同时也极大降低了患者的身体和精神痛苦。作为我市最早开展乳腺良、恶性肿瘤的微创切除及活检术的专业科室,该科在河南省乃至全国都名列前茅。

晚期乳腺癌全程化管理 增强患者生存信心

很多乳腺癌患者认为癌细胞一旦转移就没法治疗了,往往自己给自己判了

死刑,这其实是一种错误认识。“晚期乳腺癌的全程化管理体现在对患者病情充分了解的基础上,根据患者癌症的分子分型特点,为其制定有针对性的个体化治疗方案,能够有效延长患者的生存期限,提高患者的生活质量。”陈秀春说。

50岁的张女士便因该科为其制定的乳腺癌全程化管理治疗方案,成功与乳腺癌抗争了4年之久。据了解,张女士在4年前查出了乳腺癌并已发生肝转移。陈秀春根据她的具体情况为其制定了阶梯化的治疗方案,第一、第二阶段对其进行化疗方案,第三阶段采取内分泌口服药物对其进行治疗。目前张女士的病情控制十分理想,已重新投入到工作岗位。

据了解,为进一步提高我市乳腺专业医疗人员的诊治水平,为广大鹰城女性的健康保驾护航,该科医护团队于2011年在陈秀春的带领下发起成立了平顶山市抗癌防癌协会乳腺癌专业委员会,每年定期对县(市)级医疗机构的乳腺专科医疗人员进行培训,并成立了以“拯救乳房,粉红丝带在行动”为主题的粉红家园俱乐部,定期举办各类专题讲座,成功搭建起一个医患交流的平台。作为在我市率先开展乳腺癌的术前化疗、保乳手术、前哨淋巴结活检手术、乳腺癌术后乳房再造术等国内先进乳腺癌治疗方法的专业科室,其先进的医疗技术和精干的医疗团队深受鹰城患者的信赖和好评。(付春晖 牛哲)

健康新知

澳医生研究发现

常见的隆胸填充物或诱发癌症

本报讯 在澳大利亚最常见的隆胸填充物,应该和一种罕见的癌症有关。随着澳大利亚外科医生不断推出打折隆胸术,和亚洲市场竞争,当地对于这种最常见整形手术的担忧浮出水面。

麦考瑞大学教授德瓦发现,隆胸填充物周围出现的慢性感染能够影响到免疫系统和淋巴系统。长期刺激这些淋巴细胞,能够促使细胞变异为癌症细胞。全球有170例罕见的间变型大细胞淋巴瘤病例,德瓦教授称,所有这些案例都和植入填充物有关,植入填充物引起了癌症的风险。

德瓦说,在90%的这些病例中,隆胸填充物都使用了有手感的填充设备,这是一种在澳大利亚常见的填充物。而更具有讽刺意味的是,很多乳腺癌患者在进行乳房切除手术后,也会使用这样的填充物来重新塑形,这让这些妇女又面临了另一种罕见癌症的风险。德瓦称:“使用隆胸填充物的妇女患上间变型大细胞淋巴瘤的风险是30%,但那些治疗乳腺癌以后进行重新乳房塑形的妇女患上这种癌症的风险更高。”(环球)

一种降压药对慢性肾病有效

本报讯 日本研究人员在最新临床研究中发现,治疗高血压的药物依普利酮对于因过量摄取盐分而导致的慢性肾脏病也有疗效。今后,在治疗伴随高血压的慢性肾脏病患者时,这种降压药有望成为一个新选择。

慢性肾脏病是指由各种原因引起的慢性肾脏结构和功能障碍,如未能及时得到有效治疗,将发展成慢性肾功能衰竭,最终形成尿毒症。

东京大学名誉教授藤田敏郎率领的研究小组注意到,糖尿病会给肾脏造成负担,引发肾功能衰竭,而过量摄取盐分,导致人体无法顺利排出钠也是引发慢性肾脏病的一个原因。从2009年至2012年,研究小组以没有患糖尿病的314名慢性肾脏病患者为对象,要求他们在大约一年时间内每天服用依普利酮。一年后,患者尿样中的蛋白质量减少了30%,肾功能得到了恢复。依普利酮的药物机制是干扰与醛固酮结合的受体蛋白发挥作用。而醛固酮是一种类固醇激素,主要作用于肾脏,进行钠离子及水分的再吸收。研究人员认为,正是由于醛固酮受体被干扰后,有利于钠的排出,才使慢性肾脏病患者的肾功能得以恢复。(新华)

借“菌”杀“毒”治婴幼儿腹泻

本报讯 美国科学家称,利用一种细菌的蛋白激活免疫系统,可有效预防和治疗轮状病毒感染。这种借“菌”杀“毒”的新策略发表在新一期美国《科学》杂志上,也许可极大提升婴幼儿感染轮状病毒后的生存率。

全球每年有多达60万名婴幼儿死于轮状病毒引起的腹泻,主要分布在发展中国家。现有两种主要的轮状病毒疫苗,但有些国家接种覆盖率不足,而且疫苗需要提前注射和等待机体诱发免疫保护。

在新研究中,美国佐治亚州立大学研究人员利用一种叫作鞭毛蛋白的细菌蛋白治疗感染轮状病毒的小鼠。鞭毛是细菌表面的运动器官,鞭毛蛋白是鞭毛的主要成分。研究表明,注射鞭毛蛋白,可以有效地预防和治疗小鼠的轮状病毒感染。(新华)

美国科学家发现“致笨”病毒

本报讯 感觉自己变笨了?有可能哦。美国约翰斯·霍普金斯医学院和内布拉斯加大学最新研究发现,藻类病毒ATCV-1能够影响人类大脑并使人变笨。

这种藻类病毒先前从未在健康人体内发现,研究人员发现它能够影响包括视觉处理和空间意识在内的大脑认知功能。研究人员在一项咽喉微生物研究中偶然发现了这种病毒,而健康人咽喉中的DNA与ATCV-1的DNA相匹配。参与研究的90名志愿者中,40人的ATCV-1检测呈阳性,与检测呈阴性的人相比,他们在视觉处理的速度和准确度测评以及注意力测试中的表现较差。(小广)