

“海南产科重症”救治平台搭建一年多来，已成功救治约600名危重孕产妇

# 这个微信群 救了她一命

## H医患故事

■ 本报记者 符王润 实习生 刘亦辙

7月3日，在海南医学院第一附属医院（以下简称海医第一附属院）介入治疗科的一张病床上，刚经历过介入手术的王华妹（化名）情况已经稳定。“要不是这些医生，我早就没命了。”王华妹话语里充满感激之情。

就在前几天，为了抢救王华妹的生命，省、市卫生计生委以及多家医院的专家，通过“海南产科重症”救治平台紧密配合，展开了一场与死神较量的赛跑。



## 止汗剂 真能“止汗”吗？

■ 本报记者 徐晗溪

炎炎夏日，室外走一圈，前胸、后背的衣服被汗液浸透，很多人想用止汗剂，网上又传止汗剂会堵塞汗腺，担心影响排汗对身体不好。

怎样才能清清爽爽地度过夏日？止汗剂到底能不能用？记者采访了海南省皮肤病医院医学美容激光科主任林飞燕。

## 出汗是维持体温的重要功能

人体汗腺分为大汗腺（也叫顶泌腺）和小汗腺（也叫外分泌腺）。大汗腺主要分布在腋窝及外阴部位，小汗腺几乎分布于全身，以手掌和足底最多。林飞燕认为，人体的神经中枢有自我调节功能，通过出汗来迅速调节体温，从而使体温维持恒定，可以说出汗是人体最有效的降温方式，这是正常的生理现象。

为什么有的人身上的汗味很重？“汗水其实本无味，细菌多了，味儿就来了。”林飞燕解释说，汗液是汗腺分泌的一种稀淡液体，其中水分占了99%，本身并无气味，但当其被皮肤表面的细菌分解后，会产生不饱和脂肪酸，就会出现汗酸臭。“细菌容易在温度高、湿度高的地方繁殖，这也是为什么腋下容易散发异味的原因。”

## 止汗剂并非真的“止汗”

想要去除“汗味”，减少尴尬，最好的方法就是勤洗澡。实际上，止汗剂并不是“止汗”，而是改变了汗液的性状。林飞燕说，止汗剂中含有铝盐类成分，比如氯化羟铝。氯化羟铝溶于水，因此可以“吸收”汗液，将汗液凝结成啫喱状，这个过程大大减少了汗液量，从体感上讲，感觉皮肤表面流淌的汗液量少了，似乎汗被止住了。

“止汗剂只能作用于表皮，而汗腺位于深部的真皮和皮下组织，因此止汗剂不会堵塞汗腺。”林飞燕建议，如果止汗剂仅仅用在易出汗或体味较重的部位，如腋下、颈部、脚掌、膝窝等，对健康影响并不大；但止汗产品不要在面部使用，也不要全身大面积涂抹，否则汗液无法顺利排出，会造成身体散热困难，出现体温失调，严重时甚至导致热休克。



医生在为王华妹（化名）进行介入手术。

海医第一附属院供图

## 危急

### 肝硬化产妇消化道大出血

6月29日下午5时许，海医第一附属院重症医学科主任胡志华在空闲时间习惯性地拿出手机浏览了一下“海南产科重症”微信群。在这个成立于2016年底的微信群中，汇聚了海南省危重孕产妇临床救治专家组的专家以及卫

生计生管理部门的相关负责人，他们负责对全省二级以上助产机构的重症孕产妇管理救治工作进行指导，并协调转院等相关工作。

“一产妇41岁……患有肝硬化失代偿期并消化道出血在我院消化内科住院治疗，今日产后第三天，出

现呕血解黑便……目前出血不止，病情危重……”当天下午5点25分，位于五指山市的省二院妇产科主任杜珍，在平台中发出这则消息，立即引起了胡志华的高度关注。

“肝硬化消化道大出血患者我们见得太多了，必须及时实施介入

手术止血！”由于省二院并没有相关的技术条件，胡志华立即在平台中指导当地医生迅速做好转院准备。同时，她让自己科室的相关人员安排好病床。而此时，海医第一附属院介入治疗科主任金桂云也安排科室做好了收治产妇的准备。

## 险情

### 转送途中产妇出现休克

了省二院妇产科、麻醉科、外科、内科的医生赶到卫生院参与抢救。”五指山市妇幼保健所所长陈发弟从今年4月就开始关注王华妹的病情。由于是患有肝硬化的高龄产妇，王华妹一直是医院和卫生计生管理部门的重点监测对象。

“经过多学科医生的努力，王华

妹的病情于凌晨零时许得到控制。时间紧急，省二院的救护车载着王华妹直奔海口。

这个夜晚，对很多人来说是个不眠夜。省、市卫生计生委的相关负责人，省二院转送产妇以及海医第一附属院准备收治产妇的医护人员，都为王华妹的安危揪着一颗心。

## 温情

### 多部门协调缓解患者经济压力

7月2日，王华妹又开始出现了消化道出血，当天晚上10时许，医院介入治疗科为王华妹实施了长达2个多小时的介入手术。

如今，王华妹的病情虽然已经稳定了，但让她和家人担心的，还有较高的医疗费用。

“我们已经帮产妇的家属申请了

民政救助。”陈发弟告诉记者，在6月29日王华妹准备转院的当天，考虑到她的经济情况，五指山市卫计委相关负责人就已经协调了民政部门，为王华妹申请大病救治补助，尽最大能力缓解这个家庭的经济压力。“目前已经帮她申请到了3万元的补助金。”

一年多以来，在我省基层还有

在外地出差的胡志华随时等待着产妇的消息；金桂云和她的同事们在医院已经做好手术的准备……

直到第二天凌晨4时许，救护车终于抵达海医第一附属院。幸运的是，王华妹的情况已经比较稳定，无需立即开展手术，住进了重症监护室。

不少危重孕产妇像王华妹一样，通过“海南产科重症”救治平台获得了及时救治。这是一个普通的微信工作群，却在我省的危重孕产妇救治中发挥着巨大的作用。省卫生计生委有关负责人介绍，每个月，在微信群中都会安排一组省级救治专家值班，基层医院的妇产科主任遇到

棘手的问题，都可以及时上传至微信群，专家会尽量在最短的时间内进行会诊分析、指导救治。

自2016年11月以来，“海南产科重症”救治平台开展了大量卓有成效的工作。截至今年5月，共完成在线指导629次，转诊279次，成功救治了约600名危重孕产妇。

## 含可待因类感冒止咳药被严格管控

# 18岁以下拟禁用“止咳药水”

■ 本报记者 侯赛

6月27日，国家食品药品监督管理总局药审中心发布《关于征求“含可待因类感冒药说明书修订要求”意见的通知》（以下简称通知）。通知要求，将含可待因或氯可酮的阿片类感冒镇咳处方药适应症范围限制在18岁及以上成人。记者注意到，这也是继去年1月份，时隔一年后药监局再度对该类药品作出使用限制。

曾经一度被认为是“止咳神水”的含可待因类感冒止咳药物为何被严格管控？此类药物在市场销售情况如何？对此，记者近日进行了采访。

## 含可待因止咳药物 滥用案例较少

海口市人民医院药学部主任朱刚直介绍，含可待因的药物属于中枢性镇咳药，一般用于无痰的干咳，比如有的老年人年龄大了，不停地咳嗽，咳嗽到气短的状态。使用这类药物具有良好的镇咳和镇痛功能。但是如果有痰的咳嗽就不能使用这类药物，因为会抑制痰液排出。如果服用过量，还可能导致药物依赖。

朱刚直介绍，这种药物曾在市面上一度流行，一次服药后约1个小时就能见效，被很多人奉为“最好的止咳药”。尽管止咳效果立竿见影，但使用安全性却存在争议。

据了解，可待因是一种存在于罂粟中的生物碱，正常剂量下合理使用不足以成瘾，但长期服用就会造成药物依赖。

记者搜索网络新闻了解到，近年来，其他省份曾发生多起含可待因止咳药上瘾的案例。比如，在2013年厦门曾发生一例未成年男子因6年服用含有可待因的“联邦止咳露”和“立健亭”止咳药水，导致精神萎靡不振，内脏严重受损的情况。也有少年儿童长期将止咳水兑可乐喝，导致上瘾的情况发生。

记者从海南省药品不良反应监测中心了解到，从2004年至今，我省共接到含可待因类感冒镇咳处方药不良反应8例，主要有头晕、恶心、呕吐、寻麻疹等，近5年含可

待因类感冒镇咳处方药滥用的案

例有10多例，虽然此类案例在我省发生情况不多，但鉴于此类药物产生滥用依赖的严重不良后果，仍需引起极大重视。

## “止咳神水”已难觅踪迹

国家食品药品监督管理总局数据库显示，含可待因的药品主要包括复方磷酸可待因糖浆、复方磷酸可待因口服溶液、磷酸可待因糖浆等。查询发现，目前含可待因的药品共有45个批准文号，感冒镇咳类占其中一部分。

记者走访海口多家药店发现，含可待因的奥亭、联邦止咳露等在市面上已很难找到。朱刚直告诉

记者，这些止咳露属于处方药，销售去向受到严格监控。个别药店凭借正规处方也许能买到，但大多数药店考虑到处方药销量小且不易保存等问题，基本都停止销售该类药品了。

海南省食品药品监督管理局药品流通监督管理处副处长林芳梅表示，一直以来，我省对含可待因复方制剂都严格监管，各市县食品药品监督管理局开展日常巡查和专项检查，在含可待因类感冒止咳药等处方药的日常管控上，要比其他药物管控更加严格。此通知的出台，也意味着日后此类药物的购销和监管更加严格。

据了解，早在去年1月份，国家食品药品监督管理总局就发布《关于修订含可待因药品说明书的公告（2016年第199号）》明确指出，含可待因药品的说明书中应注明“12岁以下儿童禁用本品。患有慢行呼吸系统疾病的12岁至18岁儿童和青少年不宜使用本品”字样。

实际上，可待因的安全性和有效性已在全球范围引起了广泛关注。2011年3月，世界卫生组织将其从基本药物名单里面删除，美国食品药品监督管理局FDA也在2012年8月发布了关于可待因的安全警报，并且在2013年2月对可待因加了“黑框警告”的标签。

今年1月份，FDA再发布安全警告：要求含阿片类的处方镇咳和感冒药修改说明书，仅用于18岁及18岁以上人群。



## H健康百科

### 多吃酸味食物缓解焦虑

英国科学家发现，食用酸味食物会激励人们尝试新事物并勇敢面对危险，从而帮助焦虑症患者康复。

英国萨塞克斯大学研究人员选取168名参与者，让他们随机抽取并喝下一瓶20毫升溶液，溶液有苦、咸、酸、甜、鲜五种口味。另有喝矿泉水的参与者作为对照组。随后，这些人参加模拟“吹气球冒险游戏”。他们通过模拟装置给气球充气，气球中的空气越多，赢得的钱越多；但如果气球被吹爆了，他们将失去这些奖金。随着奖金数额不断增加，气球有可能随时爆炸，不敢继续充气的人可选择兑奖。研究人员以此来测量参与者的冒险程度。试验结果显示，喝了酸味溶液的人给气球的充气量明显高于喝其他溶液的人，他们比喝甜味（蔗糖）、苦味（咖啡因）、咸味（氯化钠）、鲜味（味精）溶液的人分别多充气39%、20.5%、16.03%和40.29%。

研究人员称，无论各人的冒险精神和思维方式如何，酸味溶液对人们承担和挑战风险都有推动作用。因此，患焦虑症、抑郁症等极度厌恶风险的人，可多摄入富含酸味的饮食，这类食物能帮助他们更勇敢地与人沟通。相反，需要承担较大风险职业的人员（如飞行员等）可在饮食中减少酸味食物摄入量。

（生命时报）

### 要想气血足，调好肝脾肺作息规律滋肝阴清淡饮食祛脾湿

如今，人们的节奏越来越快，很多人常感觉没劲儿、出汗多。这很有可能是气血不足造成的。气血不足作为中医的一种证候，以少气懒言、神疲乏力、自汗、面色白或萎黄、心悸、头晕目眩、食欲减退、失眠等症为主。女性出现气血不足时，还可见月经色淡、量少、有血块等典型表现。

中医认为气血不足与五脏均有联系，其中又与肝、脾、肺三脏关系尤为密切。现代人工作、学习压力大，人们或多或少都会存在精神紧张、熬夜、饮食不节制等情况，若经常如此，就会耗肝阴、败脾胃、损肺气，最终出现气血不足证。如果感觉身体气血不足时，可采取以下方法进行调理。

**第一，滋肝阴、调肝气。**首先要做到的就是要养成良好的生活习惯，即要规律作息，尽量早睡早起，不熬夜、不懒床，夜间睡眠充足以调养肝阴，清晨适当运动以疏展肝气。饮食上也应注意尽量少吃辛辣刺激的食物，多行清淡饮食，平日里可用枸杞、菊花、决明子等药材泡水代茶饮。此外，还要减轻精神负担，保持心情舒畅，也可达到调养肝气的作用。

**第二，补脾气、祛湿邪。**调补脾胃时，祛除体内湿邪尤为重要。想要祛湿健脾，首先应该注意的就是合理饮食，少吃油腻、不易消化的食物，亦应清淡饮食。当我们看到自己的舌边出现齿痕时，说明体内已经湿气较大，可以服用中成药补脾祛湿。

**第三，舒肺气、润肺阴。**最重要的就是尽量不要吸入不干净的气体。现代社会，一些地区空气污染严重，因此在雾霾天要做好健康防护，如戴口罩或减少外出；戒烟，并劝他人戒烟；多吃一些益气润肺的食物，如银耳百合莲子粥、雪梨枇杷汁、白木耳炒藕片等。

（生命时报）

## H海南省肿瘤医院特约科普

### 颈部肿瘤治疗要“专病专治”

颈部—脖子？大多数人认为颈部就是脖子，其实在医学专业，颈部专指脖子前部，锁骨以上、下颌骨下缘以下的区域；而脖子后面为项部，即脑后至第七颈椎之间区域。相较于肌肉为主的项部，颈部结构十分复杂，呼吸、消化、内分泌、胰管、神经、运动系统等都在此分布。颈部已发现肿瘤类型之多，居全身肿瘤之首，临床常见的肿瘤即有甲状腺肿瘤、口腔癌、喉癌、下咽癌、唾液腺肿瘤、神经源性肿瘤等，也有相当一部分是全身其他部位的转移瘤。故此，颈部肿瘤的诊疗需要全面的考量。

**为什么要专病专治？**在综合性医院，颈部疾病的治疗被耳鼻喉科、颌面外科和普外科三个科室涵盖，患者就诊时往往无法选择适当的科室。在肿瘤专科医院，设置有头颈外科，专门负责颈部肿瘤疾病的诊疗。此外，头颈专科医生对颈部肿瘤的治疗能够全局把控，减少了综合医院不同科室具有的局限性。

**什么是专病诊治？**专病诊治是指用多种方法来治疗恶性肿瘤，以达到最佳治疗效果。以甲状腺肿瘤为例。甲状腺癌是一种容易出现淋巴转移或血液转移的肿瘤，对甲状腺癌可以制定综合治疗方案，比如常规手术治疗、射频消融治疗等，使得即便是出现全身转移的患者也可以得到良好的治疗效果。

（海南省肿瘤医院副院长刘伟淞）