

医线聚焦

5月26日,用于治疗罕见病杜氏肌营养不良(DMD)的特许药物Vamorolone在上海交通大学医学院附属瑞金医院海南医院(海南博鳌研究型医院)(简称“瑞金海南医院”)获得临床应用,这也成为了该院落地的第100款特许药械。

目前,约有400款特许药械在我省落地。作为乐城先行区内唯一一家公立先行,瑞金海南医院开业至今不仅落地百款特许药械,还开展了13项真实世界研究项目,服务全国近5000名患者。

本期健康周刊,带你走近这些特许药械应用于临床的背后故事。

目前,乐城真实世界数据应用试点范围持续扩大,逐步覆盖肿瘤、免疫、眼科、心血管等多个领域。已有15款临床急需进口药械产品通过使用乐城真实世界数据辅助临床评价获批上市。

截至目前,乐城先行区已有28家医疗机构开业运营,超过20家在建或筹建,与20个国家和地区的170多家药械企业建立深度合作关系。

文陈子仪 本版制图许丽



上海瑞金医院派驻海南医院的专家在为患者进行手术。本报记者 袁琛 摄

「特许」背后的守望

约四百款特许药械在海南落地

■ 本报记者 陈子仪

健身圈

为何有人健身后“显老”?

运动健身可以让肌肉、皮肤紧致,整个人看起来都更年轻,但为什么有些人也每天锻炼,却肌肉、皮肤松垮,看上去“显老”?空军军医大学唐都医院军事训练伤防治中心副教授吴智钢为你答疑解惑并给出建议。

1. 缺乏护肤意识

长时间户外运动,尤其在没有任何防晒措施下,强烈的紫外线会刺激黑色素生成,使皮肤变黑,产生晒斑、皱纹等。研究发现,紫外线还会破坏肌肤的胶原纤维、胶原蛋白,使皮肤胶原修复和合成能力下降、弹性纤维减少等,加速皮肤衰老。

建议:户外运动时涂防晒霜、戴帽子和太阳镜,同时注意保湿,运动后及时清洁面部。

2. 饮食结构偏颇

部分健身者为保证能量供应充足,及时,会摄入较多的面包、饼干、点心等,它们含有过量的游离糖,在体内与蛋白质结合,生成晚期糖基化终末产物(AGEs),在皮肤层面为皮肤糖基化,表现为皮肤弹性下降、皱纹增多、色素沉淀和缺水干燥。

建议:减少精致碳水化合物的摄入,多

补充优质蛋白。

3. 快速减脂

快速减脂后的皮肤松弛多表现在腹部,比如松垮的肚皮,有时也会出现在脸部,表现为皱纹增多。这是因为体重增加时,皮肤会被拉伸存储在皮下脂肪,当皮下脂肪快速消耗,又未及时提高肌肉质量,皮肤就会失去支撑,出现松弛。

建议:逐步减重,确保皮肤有足够时间适应体重变化;有氧运动结合抗阻训练,保证肌肉增长,更好地延缓衰老,并注意补水并保持充足睡眠。

4. 过度健身

当疲劳水平大于适应水平时,会导致“过度训练综合征”,早期伴随精神不振、疲倦无力、记忆力下降、注意力不集中等,长此以往会让心血管、消化系统、肌肉骨骼等方面产生问题,会让人产生“未老先衰”的错觉。

建议:对于没有运动习惯的人,应从低强度开始,随着体能的提高再增加训练强度;每次锻炼时间不超过1小时,每周让身体休息1~2天。

(据生命时报)



医者之幸

人物故事: 许建忠医生的“降压路径”——琼沪折返跑,只为更进一步

微蹙双眉、屏息凝神,许建忠一边观察身旁显示器上的数值,一边细心操作手上的设备。他正在进行一例肾动脉交感神经射频消融术。

许建忠是一名来自上海交通大学医学院附属瑞金医院(以下简称上海瑞金医院)高血压科的主任医师,多年来致力于研究如何“降压”。在国内,高血压患者普遍通过药物方式进行治疗,但仍然有5%的难治性高血压患者在服用降压药物后没有改善。”许建忠说,瑞金海南医院正在特许开展的肾动脉交感神经射频消融术为这类患者提供了治疗新选择。

每每需要手术时,许建忠就会像“候鸟”一样从上海飞来海南。一场手术,值得如此奔波吗?

“不仅值得,更是荣幸!”许建忠

患者之幸

患者一: 罕见病患小娇,一个家庭的希望和坚守

“孩子情况有所改善,可以继续用药。”每隔3个月,13岁的患者小娇就会跟着妈妈来到瑞金海南医院,复查用药效果。听到派驻乐城的上海瑞金医院儿科医生董治亚说的话,小娇妈妈每每悬着的心又能暂时放下。

小娇家住上海,从小便比同龄人矮不少,上小学时,个头已经比班里的同学差了一大截。小娇父母带着小娇前往医院检查,最终得到的却是噩耗——孩子被确诊为先天性软骨发育不全。

先天性软骨发育不全是一种罕见病,患者会出现严重的身材矮小,头颅较躯干偏大,四肢短小更明显,与身高不成比例。超过80%的先天性软骨发育不全患儿存在不同程度的并发症,如肥胖、高血压、脑积水、限制性肺疾病、中耳功能异常等。

2021年8月,全球首款治疗先天性软骨发育不全的新药伏索利肽在欧盟上市,同年11月美国FDA完成加速审批并上市。新药的出现给小娇一家带来希望。而听说伏索利肽可以在瑞金海南医院率先使用,更是让一家人兴奋不已,立即联系医院申请治疗。

“我们从去年6月开始接受伏索利肽治疗,一年里小娇增长了近10厘米,目前已经有1.35米高。”小娇妈妈说,身高的增长给小娇带来了更多自信,家住23楼的小娇可以不用垫脚也能按到自家楼层。谈及小娇的变化,小娇妈妈很是喜悦。

如今,小娇已经进入青春发育期,一旦骨骺闭合,就会失去治疗的机会,因此全家人都非常珍惜能够继续治疗的时间。“看到孩子的变化,这让我们更有信心坚持下去。”小娇妈妈说。

患者二:

房颤患者丁女士,“第一个‘吃螃蟹’的人”

来自上海,今年68岁的丁女士爱笑、爱生活,平时也十分喜欢运动。有空的时候,她总会去打太极拳,对她来说,运动是生活中很重要的一部分。

尽管如此,丁女士也不能幸免于疾病。十年来,她一直受到心脏疾病的折磨。“起初,我只是觉得胸闷,但频次不多,胸闷时间也不长,所以也从未在意。”丁女士回忆,直到近两年,胸闷的情况越来越明显,一周会有好几次,“我现在还能记得那种感觉,胸闷就像潮水来得很快,那一瞬间好像要濒死过去。”

在一次胸闷发作的时候,丁女士立即前往医院检查,她终于找到了困扰了她十年的元凶——房颤。后来,她的口袋里总会备着一颗“救心丹”,

每当房颤来临时,她熟练地开展自救——服药,寻求家人为其戴上供氧设备,按压揉搓相关穴位。

2023年,依托先行先试政策,瑞金海南医院引进了目前国内还未上市的新器械,治疗房颤的HeartLightX3球囊型激光系统。得知消息后,丁女士毫不犹豫来到瑞金海南医院。

“激光消融是一种微创手术,不需要开刀,创伤很小,仅仅需要局部麻醉就可以完成。”丁女士说,自己手术全程都处于清醒状态,能清楚地听到医生们在交流,不到3小时,手术就顺利完成。

术后第3天,丁女士就出院回家了。“我觉得自己很幸运,用上最新的治疗技术,成为第一个‘吃螃蟹’的人。”复诊时,她感慨道。

关注世界无烟日

细杆烟真比粗杆烟更健康?

■ 本报记者 侯赛

如今越来越多吸烟人群喜欢细杆烟,认为细杆烟对身体的伤害小,甚至有人把细杆烟比作女士香烟,很多女性朋友抽烟一般只抽细杆烟。其实也有不少男性朋友比较喜欢细杆烟,因为细杆烟比较香,而且劲儿也没有粗杆烟那么大。细杆烟真的比粗杆烟更健康吗?海南医学院第二附属医院呼吸内科副主任医师林石宁表示,这一观念并不准确,吸烟者应当充分认识到细杆烟的潜在危害。

市面上许多细杆烟品牌宣称其低焦油、低伤害,对身体的损害较小。细杆烟的口味较淡,更符合女性消费者的喜好,为烟草公司开辟了新的市场领域。然而,细杆烟是否真的比粗杆烟更安全,这一点尚无定论。

曾有一项实验对比了细杆烟和粗杆烟燃烧后产生的有害物质。实验在两个密封环境中进行,分别点燃一根粗杆烟和一根细杆烟,燃烧完毕后测量PM2.5含量。结果显示,细杆烟释放的PM2.5含量为60.8,而粗杆烟为58.9。这一结果表明,细杆烟中的有害物质甚至略高于粗杆烟,对于那些希望通过吸细杆烟来降低危害的人来说,这一做法可能并不有效。无论是粗杆烟还是细杆烟,都可能对肺部造成损伤。

医生还提醒,吸烟者应提前了解以下两点:

1. 细杆烟价格高并不意味着危害小。细杆烟的制作工艺更为复杂,主打精致和减害,因此价格较高。许多人认为价格高的细杆烟质量更好,危害更小。然

而,所有香烟都含有有害物质,对人体健康都有损害。

2. 细杆烟虽然焦油含量低,但更容易导致吸烟过量。女性通常更偏爱细杆烟,因为其外观和口味。尽管细杆烟的焦油含量较低,但添加了更多的化学物质和香精,燃烧时释放的有害物质更多。此外,细杆烟燃烧时间短,可能导致吸烟者在短时间内连续吸烟,增加吸烟量。

因此,细杆烟并非更健康。如果想要减轻吸烟带来的伤害,最好的方法是彻底戒烟。戒烟不仅能减少对人体肺部的损伤,还能改善呼吸、增加食欲和提高睡眠质量。对于吸烟时间较短、烟瘾较轻的人来说,戒烟相对容易。坚持3个月不吸烟,身体对香烟的渴望会显著减轻,各种不适症状也会逐渐消失。坚持1年以上不吸烟,戒烟成功的几率将大大增加,肺部疾病的风险也会降低。



新医界

无法手术切除的肝癌怎么办?

钇90玻璃微球可精准“爆破”肿瘤

■ 本报记者 侯赛 通讯员 冯琼

作为肝癌高发国家,我国肝癌发病率和死亡率居高不下,肝癌患者的五年总生存率仅14.1%,国内多达70%~80%的患者在首次治疗时已不具备手术切除条件。不可手术切除的肝癌怎么办?近日,一例钇90玻璃微球(简称“Y90玻璃微球”)的“先行先试”临床应用在上海交通大学医学院附属瑞金医院海南医院(海南博鳌研究型医院)(简称“瑞金海南医院”)成功实施,手术采用了用于肝癌内放射治疗的TheraSphereY90玻璃微球,兼具精准微创介入和精确核医学诊疗双重优势,标志着海南肝癌治疗技术迈向新台阶。

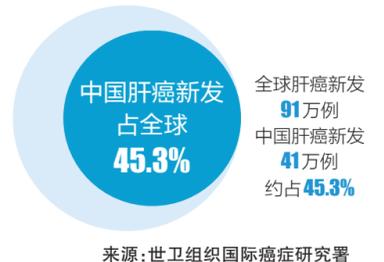
据了解,接受此次手术的是来自海南定安的蒋先生,他曾就诊于海南省人民医院肝胆胰外科,被诊断为巨块性肝癌,已失去手术机会。经多学科会诊,大家一致认为患者有接受Y90玻璃微球治疗的指征及必要性。

为了顺利给蒋先生手术,上海交通大学医学院附属瑞金医院王忠敏教授团队与海南省人民医院介入科林福煌主任团队就该患者的病情进行深入探讨,并对其进行治疗前评估,个体化定制Y90玻璃微球,于近日顺利完成微创介入手术。

据了解,Y90是一种放射性元素。在人体组织内,它所释放的β射线平均穿透距离仅2.5毫米,持续约11天,可杀伤癌细胞。

Y90玻璃微球选择性内放射治疗(SIRT)与传统放疗不同,通过微创介入技术将数百万颗具有放射性的Y90玻璃微球送到肝癌的位置,从内部放出辐射,以期达成更精准地杀伤肝癌的目标,具有精准、持续、安全等多项优势,就像对肝癌展开了精准的“核打击”,是一种为肝癌患者带来希望的新方法。该技术在全球已积累了20余年的使用经验,大量的临床肝癌患者因此受益。

为充分利用国际创新药械特许使用等政策优势,海南省将“Y90玻璃微球精准疗法”纳入当地惠民保险的海外特药目录中,有助于减轻肝癌患者家庭治疗的经济负担。



关注国际爱肤日

银屑病防复发有妙招 医生:长期科学管理是关键

■ 本报记者 袁宇

5月25日是“国际爱肤日”。如何科学防治银屑病复发成为今年“爱肤日”的热点话题。海南省人民医院皮肤科主任医师韩科表示,重视银屑病长期管理是减缓复发的关键,生物制剂等创新疗法的出现和应用让银屑病的治疗目标得到升级,目前实现“临床治愈无复发”已成为可能。

银屑病不是传染性疾病,而是一种由遗传及环境因素共同作用诱发的慢性、复发性、炎症性、系统性的免疫介导疾病。韩科介绍,我国现有约700万银屑病患者,发病率高且有上升趋势,“患者往往终身罹病,皮损复发负担严重,还可能合并有其他相关疾病,例如关节炎、心血管疾病、自身免疫疾病,严重影响生活质量。”

如何科学防治银屑病复发?韩科表示,银屑病的发病机制复杂,仍然是一种无法根治的疾病,但只要尽早发现、科学诊疗,便能够延长无复发时间,维持皮肤洁净状态,“银屑病容易复发,患者应提高对复发管理的重视程度,做好与其长期抗争的心理准备。”

幸运的是,随着生物制剂疗法的广泛使用,曾经棘手的银屑病也有了实现临床治愈的可能。韩科介绍,生物制剂等创新疗法推动着银屑病临床诊疗进入精准靶向的新时代,为疾病的治疗及管理带来了革命性突破,让皮损持久清除成为可能。如今,越来越多生物制剂被纳入医保,也极大减轻了患者的治疗负担,提高了药物的可及性。

“选择便捷性高、患者依从性高的生物制剂,可以在拉长用药间隔的同时,保障稳定高效的治疗疗效,利于患者坚持规范治疗,让皮损维持在一个较为稳定的水平,并有机会实现皮损的完全清除。”韩科说,“同时患者要注意养成科学的生活方式,减少复发的诱因。”

拥有充足光照的海南,每年吸引大量银屑病患者前来疗养,韩科提醒,银屑病患者应注重日常皮肤护理,在享受海边“日光浴”的同时也做好防晒保湿。“银屑病有个特性,即大部分银屑病患者病情呈现出冬重夏轻,称为冬季型,在接受日光浴后,部分患者病情可能会得到缓解。但也有小部分患者的皮损是夏重冬轻,称为夏季型,这类患者接受日光浴后,可能会适得其反。患者要细心观察自身患病情况,总结容易导致皮损加重的因素。”韩科说。