

烟台毓璜顶医院莱山院区咳喘管理中心正式启用 胶东地区有了首家咳喘管理中心

本报讯(YMG全媒体记者 刘晋 通讯员 李成修 李添祎)12月15日,烟台毓璜顶医院莱山院区咳喘管理中心启用仪式在该院区门诊举行。山东省医师协会呼吸医师分会主任委员、山东省立医院呼吸与危重症医学科教授姜淑娟,潍坊市人民医院呼吸与危重症医学科主任谭薇,威海市立医院呼吸与危重症医学科主任徐宁及烟台毓璜顶医院工会主席裴静芳,医务科科长王少坤,呼吸与危重症医学科主任、咳喘管理中心负责人邹慎春等出席启用仪式。启用仪式由烟台毓璜顶医院门诊部、急诊科主任康海

主持。裴静芳致辞时说,慢性呼吸系统疾病是我国四大慢性病之一,其主要症状是咳嗽、咳痰、喘息、呼吸困难,严重影响人们的生活质量、健康水平和预期寿命。面对目前我国呼吸慢病患者普遍面临就诊方向不明确、检查流程繁琐以及疾病自我管理知识匮乏等诊疗痛点和难点,医院积极响应社会 and 患者需求,成立了胶东地区首家咳喘管理中心,最大化提高咳喘患者治疗效果,减轻患者就医负担。

据了解,烟台毓璜顶医院莱山院区咳喘管理中心自成一区,设置了咳喘专病门诊、

咳喘护理门诊、咳喘药学门诊、一站式咳喘专病检查室等特色诊室。中心以慢性咳嗽、哮喘、慢阻肺、间质肺等呼吸慢病患者为目标人群,依托物联网、5G、云等前沿大数据技术,建立连接多种检测、监测和治疗等呼吸医疗设备的诊疗一体化体系,为呼吸慢病患者提供标准化和规范化的筛查、检测、诊断、治疗、随访和家庭康复的全病程智慧化管理服务,实现“筛-诊-治-防-管”全病程闭环管理。中心还将切实践行“一个中心,一站服务,一个标准”的核心理念,将循证医学、转化医学、精准医学、智慧医疗有机融

合,并通过先进的诊疗设备与物联网技术,打造线上线下整合的诊疗一体化慢性气道疾病全程解决方案,为患者提供全方位诊疗和健康管理。

邹慎春介绍,中心依托先进的医疗设备和先进技术,可为咳喘患者实施精准诊断和有效治疗,如中心引进的岩盐气溶胶疗法等新型气道廓清技术,能够有效缓解气道炎症,促进气道分泌物的清除。中心还将充分发挥中西医结合的优势,双管齐下,通过辨证施治,采用中药汤剂、针灸、艾灸等中医特色疗法,调理患者呼吸慢病,为患者带来更加显著的治疗效果。

研究发现“轻断食”会影响毛发生长

“轻断食”是近来流行的一种减肥方法。西湖大学的一项最新研究发现,长期“轻断食”,或许意味着要在保身材还是保头发之间作出抉择。“轻断食”会诱发激活的毛囊干细胞凋亡,从而抑制毛囊再生和毛发生长。14日,这项研究在国际学术期刊《细胞》上发表。

“轻断食”又称间歇性禁食。论文通讯作者、西湖大学生命科学学院特聘研究员张兵告诉记者,这项研究源自一次意外发现。2021年夏天,一位参加科研实习的同学忘记放饲料,让小鼠饿了一天。在后续的毛囊取样观察中,这只挨饿的小鼠出现了不少凋亡的毛囊干细胞。

“如果一次禁食会杀死小鼠毛囊干细胞,那‘16+8’(即每天在固定的8小时内摄入所需的全部食物,其余16小时进行禁食)这些常见的‘轻断食’方式会不会影响毛囊的再生和毛发生长?”张兵由此展开了研究。

研究团队先给小鼠剃毛,然后观察了小鼠毛发生长情况。研究发现,不限制进食的小鼠经过30天几乎完全再生了毛发,而接受“16+8”或隔日进食两种方案的小鼠在96天后仅有部分毛发生长。

张兵表示,在动物的生命周期中,毛囊会周期性地经历再生,这一过程由毛囊内部的干细胞驱动。不限制进食小鼠的毛囊干细胞在剃毛后约20天开始激活,并持续活跃直到毛发生长完成,而接受间歇性禁食的小鼠的毛囊干细胞虽然也能正常激活,但经过长时间的禁食后会出现大量凋亡。在进食与禁食周期中,干细胞反复激活和凋亡,导致毛囊的生长在生长期早期阶段出现“卡壳”,无法正常长出毛发,而且,禁食时间越长,毛囊再生的负面影响就越明显。

研究团队利用基因工程技术进一步揭示,禁食诱导的干细胞凋亡与毛囊附近游离脂肪酸浓度的增加密切相关。饥饿状态下,肾上腺会分泌皮质醇和肾上腺素两种促进脂解的激素,这些激素通过血液循环到达皮肤,从而指挥脂肪细胞进行分解,释放大量的游离脂肪酸,引发毛囊干细胞凋亡。

研究团队进行的一项对49名健康年轻成年人小型临床试验结果提示,类似的毛发生长抑制现象在人类身上也会出现,进行每天18小时禁食的限制性饮食使得毛发生长的平均速度降低了18%。但研究人员同时提示,这一效果仍需更大规模研究验证。

据新华社

冬季呼吸道感染病多发 专家支招科学防治

冬季是呼吸道感染病的高发季节,流感病毒、肺炎支原体感染及呼吸道合胞病毒感染等呼吸道疾病上升风险增加,公众可能会面临多种呼吸道传染病叠加或同时流行的风险。为何呼吸道感染病在冬季高发?今冬感染有何特点?如何防止病原体入侵?专家就相关问题给予解答。

为何呼吸道感染病在冬季高发?

河北大学附属医院呼吸与危重症医学科主任李峥说,呼吸道感染病是指病原体从人体的鼻腔、咽喉、气管和支气管等呼吸道感染侵入而引起的有传染性的疾病。冬季低温、低湿度的气候条

件有利于病毒的生存和传播,加之人们倾向于待在室内,人群密集和不良的通风条件增加了病毒在封闭环境中传播的机会。“冬季常见呼吸道感染病包括流行性感冒,这是由流感病毒引

起的急性呼吸道感染病;流行性腮腺炎由腮腺炎病毒引起,是儿童和青少年中常见的呼吸道感染病;此外,麻疹更是严重危害儿童健康的急性呼吸道感染病。”李峥说。

今冬感染有何特点?

专家表示,今冬以来,肺炎支原体感染较为多见。支原体是介于病毒和细菌之间的一种微生物,是自然界中常见的病原体,肺炎支原体是其中一种。“感染肺炎支原体后不一定会引起肺炎,只有肺炎支原体侵入下呼吸道,才可能

出现支原体肺炎。”李峥说,主要临床表现有发热、咳嗽(可伴有头痛、流涕、咽痛、耳痛等),轻者可不发病,或仅表现为上呼吸道感染,重者可致肺炎、肺实变、胸腔积液、坏死性肺炎等。

李峥说,冬季呼吸道传染

病虽然病原体不同,但是传播途径相似,主要通过呼吸道飞沫和接触传播,感染者是主要的传染源。因此,家庭成员一旦有呼吸道感染病发病症状,一定要及时就医,在医生指导下规范治疗、规范防护,以防止家庭成员间发生交叉感染。

如何防止病原体入侵?

河北大学附属医院儿科主任柏金秀表示,保护好呼吸道黏膜屏障,对防感染和早康复很重要。首先要注意多饮水,水分要补足。缺水时,呼吸道很快就会感到干燥,此时黏膜屏障功能变差。此外,要摄入足够的维生素A、维生素D等维生素

和蛋白质等营养物质,确保足量的户外活动和阳光照射,加强身体锻炼,以增强呼吸系统的免疫力。对于已经患病的人群,尤其是儿童,呼吸道的恢复需要一定时间,恢复期间,肺炎患儿根据病情需要可以通过雾化治疗,进一步减轻气道炎症,促进

呼吸道黏膜修复。

专家提示,出现轻度的鼻塞、咳嗽、发热等症状时可先对症处理,但若对症治疗无好转或出现呼吸困难、高热、胸痛、头晕等情况一定及时就医,切不可在没有医生指导下自行服用抗病毒药物和抗生素。

据新华社

