

生命“髓”动，高龄亦能“焕新”

毓璜顶医院成功完成胶东地区最高龄单倍体造血干细胞移植

本报讯(YMG全媒体记者 刘晋 通讯员 李成修 马瑾)近日,烟台毓璜顶医院血液内一科传来喜讯,在科主任马俊杰的全程指导下,王慧医生牵头,徐玲玲、孙淑香、杨建军医生联合车红护士长带领的护理团队成功为一名71岁慢性粒单核细胞白血病(CMML)患者实施单倍体异基因造血干细胞移植术。该患者不仅是胶东地区接受此类移植的最高龄患者,在全国范围内也属罕见病例,标志着医院在老年血液病精准移植领域实现新突破。

慢性粒单核细胞白血病(CMML)是血液系统恶性疾病中的“硬骨头”——预后极差、治疗难度高、长期生存率低,常规药物仅能控制病情,造血干细胞移植是目前唯一可能根治的手段。而高龄患者移植更是临床“高危领域”,71岁患者器官储备功能下降,且合并多种基础疾病,免疫耐受远低于年轻患者,围移植



期感染、出血、移植抗宿主病(排异)等致命并发症风险呈倍数增加,对移植方案、并发症防控、全程管理提出“天花板级”要求。

面对重重挑战,血液内一科团队术前联合多学科开展深度研讨,为患者量身定制低毒高效的预处理方案,从源头降低治疗损伤;移植过程中,医疗团队实时动态调整用药,

严格把控感染与排异风险;护理团队全动态监测患者的各项指标,提供精准、细致的照护。

经过近两个月的“生命守护”,患者各项指标逐步恢复正常,顺利出仓,目前状态良好。患者出仓后,其家属特意送来写有“医术精湛尽心仁术,医德高尚仁心仁术”的锦旗,向血液内一科团队表

达最诚挚的谢意。这面锦旗也成为此次“生命焕新”历程中,医患同心、共克难关的温暖见证。

此次高龄移植的成功,不仅展现了毓璜顶医院血液内一科在单倍体造血干细胞移植技术上的精湛水准,更凸显了科室在多学科协作、个体化诊疗、全程人文关怀方面的综合实力。这一突破为胶东乃至全国高龄血液病患者点亮了新希望。年龄不再是“生命重启”的绝对禁区,只要有精准的技术、专业的团队与不放弃的信念,“生命焕新”就有可能照进现实。



这种材质的保温杯可能引发慢性中毒

天气转凉,保温杯重新回到人们的日常生活。但这种看似普通的日用品,却可能暗藏健康隐患。

保温杯大多是不锈钢材质,耐高温且保温性能好,常见的分别是201、304和316。

201不锈钢不是食品级材料,属于工业用品材料,大部分用于制作装饰管、工业管和表带等。201不锈钢的锰含量高,耐腐蚀性差,如果将其作为保温杯的内胆,长时间存放饮品可导致锰元素析出,热水可能直接变“毒水”。金属锰是人体必需的微量元素,但过量摄入锰会伤身,尤其是会伤害神经系统。

专家建议选用304、316不锈钢材料,304不锈钢中最重要的元素是镍和铬,这类材料具有良好的加工性能和耐腐蚀性能,锰含量低于2%,是国家公认的食品级不锈钢。316不锈钢的品质优于304,多了金属钼,耐腐蚀性能更好。 据新华社

颈源性头痛患者呈现显著年轻化趋势

在各类疼痛中,颈源性头痛常常被忽视,是导致许多患者长期默默承受痛苦的代表性疾病之一。

首都医科大学宣武医院疼痛科主任杨立强介绍,颈源性头痛,是由颈椎或颈部软组织病变引发的头痛,症状源自颈部,放射至头部,患者通常会感到后脑勺、头顶或太阳穴区域有持续的酸胀痛,且多数只出现在一侧。这种头痛会随着转头、低头或长时间保持一个姿势而加重。同时还会感觉脖子僵硬,活动不灵活。严重时,可能伴有头晕、恶心和怕光的感觉。

记者了解到,目前我国颈源性头痛患者数量庞大,呈现显著年轻化趋势,随着手机使用时长的增加和久坐生活方式的蔓延,发病人数持续增长。

杨立强认为,预防颈源性头痛关键在于避免长时间低头,建议每使用电脑或手机半小时左右就起身活动颈部,做简单的仰头、转头拉伸;选择高度适中的枕头,平时加强颈肩部锻炼,注意颈部保暖,避免冷风直吹。 据新华社

中药为应对某类“超级细菌”提供新选择

因治疗选择有限、死亡率高,多重耐药革兰氏阴性菌肺炎成为威胁患者生命的挑战。中国中医科学院广安门医院齐文升主任医师团队发现,中药复方新加达原散在提高第7天的微生物学清除率等方面展现出统计学显著优势。研究表明,新加达原散临床益处与关键促炎细胞因子的显著减弱相关。

第三方专家认为,这一发现为患者提供了辅助治疗选择,也进一步证明中医药在治疗某些威胁人类健康的疑难病症方面有独到之处。

北京中医药大学东直门医院急诊科主任吴彩军认为,新加达原散作为中药复方,在研究中展现出免疫调节与抗炎作用,其在微生物学结局上的优势,结合良好的安全性,支持其未来可能作为多重耐药菌的辅助治疗选择,给解决细菌耐药这一难题提供了临床治疗方案。 据新华社

管不好体重,可能影响生育力

“体重管理”相关话题频现社交媒体平台热搜,越来越多人意识到过度肥胖对身体的危害。但你可知道,控制好体重,不仅有益于自身健康,还可能影响“下一代”。

“过胖、过瘦”为何会影响生育力?

“育龄期男女将体重控制在健康范围很重要,体重问题可能会直接影响个人的生育力。”北京协和医院生殖内分泌科主任医师郁琦说。

“因极端体重变化导致的排卵障碍是女性不孕的重要因素,过胖或者过瘦都可能会影响女性生育力。”郁琦说,一方面,“过胖”导致的相关代谢紊

乱是胰岛素抵抗和2型糖尿病的重要病因,也是多囊卵巢综合征造成妊娠障碍和孕期并发症的直接因素;另一方面,“过瘦”也会致使女性中枢性闭经而停止排卵,直接影响女性生育力。

体重对于男性生育的影响也不容小觑。专家提醒,超重和肥胖症可能会导致弱精、引

起男性生殖内分泌功能异常等问题,进而影响男性生育力。

郁琦说,除了体重秤上的数字可作为参考外,应重点关注BMI(体质指数)指标,同时结合体脂率、代谢指标、腰围等评估。

我国成年人中,BMI大于等于18.5小于24.0为体重正常。“如BMI显示体重过低或

已达到超重/肥胖,则需引起注意了。如此时试孕不顺,可就医侧重排除下体重问题是否已在影响生育力”。

根据《中国居民营养与慢性病状况报告(2020年)》显示,2018年我国成人超重率和肥胖率分别为34.3%和16.4%,与2002年的22.8%和7.1%相比大幅增长,并呈逐年递增趋势。

孕期女性吃得“越多越胖”越好?

“正常情况下,孕期女性并不是‘吃得越多越好’。”北京大学第一医院妇产科主任杨慧霞说,生育力不仅体现在备孕阶段,也贯穿夫妻双方孕育一个新生命的全流程,孕期不可忽视体重问题对母婴的影响。

女性在孕期,身体各器官都在“加压备考”,母体所要承受的各种“考验”比非妊娠状态下大得多。

专家提示,孕期女性血压、血糖等指标都可能会因妊娠压力而“水涨船高”,而肥胖是影响这

些问题的关键诱因。孕期过度肥胖会增加女性患妊娠期糖尿病、妊娠期高血压等疾病的风险;也可能导致早产、流产;增加胎儿发生出生缺陷等问题的风险,对母婴全周期都有不利影响。

“在临床中女性超重的群

体远多于过瘦群体,因此肥胖带给女性的生育风险更普遍也更大。”杨慧霞同时提醒,对于“体健”的孕期女性来说,营养过剩、母体肥胖对母婴健康均是负担,因此无需给予孕妈们太大“吃饭”压力。

夫妻体重管理应从备孕前开始

“首先,备孕是夫妻双方的‘合奏’,优生优育需要夫妻双方都引起重视。其次,超重人群的孕期并发症发生概率一定高于正常体重人群。”郁琦说。

如何科学控制体重备孕?专家建议:

一、对于体重控制不佳人群,建议在备孕阶段早早就诊营养科,由医生制定出符合个

体需求的饮食建议。

二、在身体负荷范围内,坚持体育锻炼,减少体脂堆积。

三、如有高血压、糖尿病、胰岛素抵抗、多囊卵巢综合征等基础病患者,应当随诊,依据医生建议进行调药用药后再试孕。

四、应进行心理干预,并确立强化对减重以及备孕的信心。许多生育力问题都可以通

过科学诊疗介入、生活方式的调整得到改善。

五、必要时,也可通过药物、减重手术干预、辅助生殖技术助力生育力提升。

“许多人认为等到怀孕后再控制体重,实际已经来不及。体重管理应从备孕前开始,需要夫妻双方都参与。”杨慧霞说。 据新华社

