

# 硬皮病临床与研究国际协作网年会在河北以岭医院成功举行

近日,硬皮病临床与研究国际协作网(InSCAR)第四届年会暨第二届河北以岭医院硬皮病高峰论坛在石家庄市成功举行。

硬皮病是风湿性疾病中最难治疗的一类疾病,其治疗和研究是国内外风湿病学界面临的共同挑战。为了尽早硬皮病研究方面获得突破,由复旦大学和美国德克萨斯大学休斯顿健康科学中心联合发起,于2011年2月在中国成立了硬皮病临床与研究国际协作网。该组织联合国际上硬皮病研究的优势力量,从基础到临床,从发病机制到诊断治疗,全方位开展合作研究,融合中西医学研究成果,为早日攻克这一自身免疫性疾病中最难治疗的疾病提供科研、

临床和学术交流平台。河北以岭医院风湿免疫病科因为在中医药治疗硬皮病方面取得的一系列成果成为该协作网的组成成员并承办了此次年会。

会上,来自中国、美国、英国、日本等国的10余位国际著名风湿病学专家,以硬皮病临床与科研为主题,进行了深入的探讨与交流。会后,硬皮病临床与研究国际协作网的国内外专家又来到河北以岭医院风湿免疫病科,参观会诊了硬皮病、多发性肌炎、强直性脊柱炎及类风湿性关节炎等疾病的50多位患者,国际专家对该院风湿免疫病科在中医中药治疗上述疾病中所取得的良好疗效均给予了高度评价。

河北以岭医院风湿免疫病科作为中国促进会风湿免疫病临床研究基地、河北省重点中医专科建设单位、河北省中医风湿骨病及河北省中西医结合风湿病专业委员会副主任委员单位,经过10余年的发展,现开放病床100张,已成为在国内外有较大影响的特色专科。他们始终坚持中西医结合、临床科研并重的诊疗特色,创新了很多治疗理论及方法,如中药三期软化疗法治疗硬皮病,中药结合胸导管引流术治疗系统性硬皮病,系统综合足疗程贯强化法治疗类风湿性关节炎、强直性脊柱炎、腮腺注射治疗干燥综合征,内治与外治相结合治疗白塞氏病,三辨三结合分期治疗肺纤维化等。

中医治疗特色突出,包括中药药膏外用、中药药浴、针灸、大灸、穴位注射、中药离子导入等,同时针对硬皮病、皮炎、干燥综合征、白塞氏病、红斑狼疮等病种,专科成功研制出了经河北省药监局批准的中药制剂共34个。

在硬皮病的中医治疗方面,他们创立了“寒热-络病-脏腑”辨证体系指导治疗,并针对硬皮病及其累及内脏所致肺纤维化、消化道病变、雷诺现象等研制出10种疗效确切的中药复方系列制剂,填补了硬皮病没有系列中药复方制剂的空白;针对硬皮病皮肤肿胀、紧绷、萎缩以及肢端溃疡等,研制了系列外用软膏。同时结合胸导管引流、中药药浴、中药离子导入、中药蜡疗、激光治

疗、中药塌渍治疗、大灸、火针等独具特色的治疗手段,保证了硬皮病的疗效,治疗了全国及世界各地万余名该病患者。

据悉,河北以岭医院风湿病科通过与“硬皮病临床与研究国际协作网”4年多的科研合作,共同建立了中国硬皮病、强直性脊柱炎、系统性红斑狼疮、白塞病、皮炎、痛风等多种风湿免疫疾病患者血清库。同时在国家重点实验室从分子基因水平验证了河北以岭医院治疗硬皮病肺纤维化的中药制剂“参麦开肺散”具有非常好的疗效,其抗炎症作用与经典药物环磷酰胺相当,抑制胶原增生抗纤维化作用明显优于环磷酰胺,该结果引起了国内外专家高度重视。蒋晓蕾

## 乳腺癌、结肠癌、甲状腺髓样癌会遗传要知道 最便宜的防癌办法,也要知道

谈误区 乳腺癌、结肠癌、甲状腺髓样癌遗传,不良生活方式才是诱因

“很多人认为,癌症和遗传有关,这个说法有一定道理,但具体到不同的癌症,遗传风险也不同。”河南省儿童血液与肿瘤临床诊疗中心主任、郑州大学儿童血液肿瘤研究所所长、郑州大学第一附属医院儿科主任刘玉峰教授介绍,目前医学上认为遗传风险比较高的癌症包括:乳腺癌,如果母亲或姐妹曾患乳腺癌,本人乳腺癌的

病概率会比一般女性高3倍;结肠癌,如果父母患有因多发性结肠息肉瘤导致的结肠癌,其子女患上同类癌症的可能性高达50%;甲状腺髓样癌,这类基因的携带者90%以上要发展成癌症。

“高脂肪、高热量、低纤维素的饮食习惯和缺乏运动是导致一些癌症发病及发病年轻化的主要原因。此外,都市生活压力

增大,心理因素影响免疫机能,也是重要诱发因素。”刘玉峰强调,除了遗传,80%的癌症与包括不良生活习惯在内的环境因素有关。因此,保持良好的生活方式非常重要,通过建立合理健康的膳食结构,养成良好的饮食习惯,恰当地加工烹调是防癌的重要手段,再辅科学的体育锻炼,远胜于化学药物预防疾病。

谈治疗 癌症并非都是不治之症,它的治疗分四个层次

“总体来说,癌症仍是人类面临的终极疾病,但是这并不是说所有种类的癌症、发病后的所有阶段在治疗中都是一样的;更意味着只要得了癌症,就没有生存的希望了。实际上,我们可以把癌症的治疗分为4个层次。”郑州大学第一附属医院肿瘤内科主任张明智接受媒体是曾有这样的观点。

在他看来,第一层次,指那些治愈率很高的癌症的治疗。如妇科的绒毛癌、男科的精原细胞癌、

淋巴瘤等,这几种癌在不同阶段的总体治愈率都比较高。第二层次,指某些癌症早期阶段的治疗。如乳腺癌、肺癌等,在这些癌症的早期阶段,肿块较小,手术切除干净的话,再结合化疗、免疫疗法等,完全可以治愈。第三层次,指癌症的非早期阶段治疗。如胃癌、结肠癌等,这些癌症在中晚期才发现的话,治疗上存在一定的难度,以综合治疗为主,治疗的主要目的是延长患者的寿命、

减少患者的痛苦,提高生活质量。第四层次,指那些治疗效果很差的癌症的治疗。有些癌症,如肝癌、胆囊癌、结肠癌、胰腺癌、肾细胞癌、黑色素瘤、各种肉瘤等,十分难治愈,是“癌症是不治之症”这种认识的主要原因。

上述四个层次的治疗,一、二层次痊愈的概率很大的,即使是后两种层次的癌症,多注意饮食、运动,调节好心态,也可以极大地提升生活质量,延长寿命。

谈防治 最便宜的防癌办法,不可不知

A“豆你玩”——喝豆浆防癌

常喝豆浆的女性患乳腺癌风险大大降低。为何喝豆浆可防“女性癌”呢?这是因为豆浆中有一种很像雌激素的物质,叫“大豆异黄酮”,能起到以假乱真的作用,和抗癌药物的机理非常相像。它对所有和雌激素有关的癌症都有预防作用,比如乳腺癌、子宫内膜癌、宫颈癌和前列腺癌。

值得注意的是,豆浆最好喝自己磨的,街上卖的很多是用豆浆粉冲的,大豆异黄酮的含量很低。而对于已经患有消化性溃疡、胃炎、痛风的人也要少喝豆浆。

B“蒜你狠”——吃葱蒜防癌

我国山东省是胃癌发病率最低的省份,从其居民饮食习惯发现,当地人均每年要吃掉6公斤

大蒜。为何葱蒜可以防癌?这是因为大蒜素有抗氧化作用,可降低人体内致癌物亚硝酸盐的含量有关。大蒜只有被碾碎和氧气充分结合后才会产生蒜素,而且非常不稳定,一旦遇热很快会失去作用。因此最好将大蒜碾碎生吃,或剁成蒜泥放在凉拌菜中。

C“脚步身”——走路1小时防癌

哈佛大学公共卫生学院针对7万人的长期研究也发现,每天只要走路一小时,就可以降低一半患大肠癌的概率。为何走路可以降低胰腺癌的发病概率呢?这是因为胰腺癌和身体热量过高有关,走路可以消耗热量,可直接预防胰腺癌。此外,运动后出汗可使体内的铅、镉等致癌物质随汗水排出体外,从而起到防癌作用。

D“阳光浴”——每天只要15分钟

为避免暴晒增加皮肤癌风险,每天只要晒15分钟太阳就足够了,这样可以通过阳光合成人体内的维生素D,继而起到身体防癌作用。

E“美人觉”——睡觉防癌

美国癌症研究会调查发现,每晚睡眠时间少于7小时的女性,患乳腺癌的概率高47%。这是因为睡眠中会产生一种褪黑激素,它能减缓女性体内雌激素的产生,从而起到抑制乳腺癌的目的。

因此,对于繁忙的都市人来说,应该抓住一切可以睡眠的时间,保证11点前入睡,而午休时间也应该打个盹,也能增强体内免疫细胞的活跃性,起到一定的防癌作用。



当下,虽早已不是“谈癌色变”的时代,但人们对于癌症的恐惧却并未减少。如何预防及应对癌症?有什么好方法可预防癌症?昨日,主题为“科学抗癌,关爱生命”的第20个全国肿瘤防治宣传周的到来,给了《Top 养生》一个倡导科学健康抗癌理念、消除癌症误解和恐惧、摆脱不良生活方式的机会。在专家看来,乳腺癌、结肠癌、甲状腺髓样癌是会遗传,但不良生活方式往往是诱因。最便宜的防癌办法,不可不知。 郑州晚报记者 蒋晓蕾