

男性健康：心理是重要基石

本报记者 李亚威

10月28日是全球第十二个“世界男性健康日”，今年的主题是“关注男性健康，创建幸福家庭”。在中国，几千年来一直把男性看成家庭的顶梁柱，根深蒂固的观念使男人们长期承受着巨大的工作与精神双重压力。然而，提到男性健康，很多人首先想到是性功能障碍之类的生殖系统疾病。患上这种疾病的人讳疾忌医，旁人则对其敬而远之，投以异样的目光。这种心理上的压力远比疾病本身对男性健康的危害大。

致命的心理包袱

一位李姓医生向记者讲述了他曾经治疗过的一位患者的故事。

患者是一位30多岁的农村男子，在外打工染上了性病，回到家后还传染给了妻子。患病后，他听信小广告去找过不少江湖游医，也去过一些大医院。由于没有正规、系

统地治疗，他的病情越来越严重，为了治病花光了积蓄，还卖掉了仅有的一头牛。

后来，经过两个疗程的系统治疗后，该男子终于痊愈了。但是，他并没有因此感到高兴。“我得了这种病真的很丢人，家人和邻居都看不起我，都躲着我。不管我走到哪儿，别人总是立即走掉，连着我的眼光都不一样。我活着像是多余的一个人，有些话我只能对你说。”该男子对李医生说。

虽然李医生一再对他进行心理疏导，但最后该男子患上了严重的精神分裂症，每天呆在家里，关闭门窗，从不出门，连房间里小小的通风口也被堵上了——他不想让屋子进来一丝阳光。最后，该男子趁家人不备，服下了大量毒性剧烈的鼠药，终因救治无效，丢下了一男一女两个年幼的孩子和年轻的妻子而去。

“其实，是心理疾病毁了他的生活，葬送了他的生命，毁了他的家庭。”李医生说。

端正认识才有疗效

正是由于男性病成了难言之隐，患者主观上不愿意承认自己患病，讳疾忌医或者乱投医，一些不良商家和正规医疗机构抓住患者的心理，趁机大作文章，大肆宣传，妖魔化病情。很多不负责任的医疗机构夸大病情，将前列腺炎症传成不治之症，动辄以癌症吓唬患者。

据河南省医学会男科专业学会副主任委员、河南省人民医院泌尿外科主任医师张祥生介绍，很多男性传播疾病、慢性前列腺炎等男性疾病均可通过抗病毒、抗感染、抗细菌、免疫增强等方式治愈，难以祛除的是笼罩在患者心理上的阴影。

受传统思想的影响，社会公众

对于男性病缺乏科学的认识，患者心理压力较大，认为得了男性病丢人，长时间背着思想包袱，容易产生极端心理、报复心理，不利于家庭和谐和工作生活。

张祥生提醒广大患者，很多男性疾病是很常见的。比如，由于工作压力或不良生活习惯，90%的男人都会患上前列腺炎，这本来是很普通的发炎，稍微注意一下饮食，改变生活习惯，适当锻炼身体，症状就会消除。90%的男性性功能障碍是由于工作压力、精神紧张和各种心理作用造成的，只有很少一部分需要进一步检查和治疗。即使需要治疗，通过心理调节和药物治疗也能够很快治愈。没必要疑神疑鬼，稍有不适就过度恐慌。那些只说病症的广告，以及宣称可以治疗各种男性病的药品，大多不靠谱。

关注健康别只盯着“性”

“男性健康包括心理健康和生理健康，身心健康，性才健康。”张祥生说，在遗传学上男性是天生的弱者，血友病、蚕豆病、红绿色盲等的遗传概率远高于女性，男性的平均预期寿命比女性短；男性还背负着“三高”的风险（高血糖、高血脂、高血压），卒中、脂肪肝、精神疾病的患病率也高于女性。

男人在社会中扮演不同的角色，压力来自多个方面，许多“大男人”固守“男儿有泪不轻弹”的传统观念，只顾日日夜夜在职场上打拼，不管身体方面一再亮起的健康红灯。在10月28日“男性健康日”这一天，让我们向男性同胞们呼吁：为了家庭的幸福，给自己更多关怀吧。我们也向女性同胞呼吁：给你的“他”更多一分理解，更多一分支持与鼓励吧，让“他”与您携手走过健康人生路。

编者按：10月29日是“世界卒中日”，今年的主题是“关注卒中，立即行动”，口号是“防治卒中越早越好”。卒中被称为“人类健康的头号杀手”，是一个具有高患病率、高复发率、高死亡率和致残率的“四高”疾病，不仅给个人、家庭、社会带来沉重的负担，而且患者患病后的治疗往往会花费大量的人力、物力、财力。因此，强化广大群众对卒中的防控意识，养成健康的生活行为，才能实现卒中的早防、早诊、早治。

重视H型高血压，加强卒中防治

随着物质生活水平的提高，卒中这一危害人类健康的杀手发病率越来越高。2008年公布的全中国第三次死因调查显示，卒中已成为我国人口的首位死亡原因。

那么什么是卒中呢？卒中是一组以脑组织缺血或出血性损伤症状和体征为主要临床表现的急性脑血管病。它分为缺血性卒中和出血性卒中。卒中除了具有高发病率特点外，尚具有高致残率。我国2006年开展的第二次全国残疾人抽样调查结果表明，脑血管病引起的肢体残疾占全部肢体残疾的20.1%，为导致肢体残疾的首位原因。2007年统计，脑血管病直接治疗费用达400亿元，急性期住院费用平均花费达7500元/次，康复期平均花费达56420.0±17831.8元。除了惊人的经济负担外，还有严重的社会危害，卒中后肢体残疾和语言吞咽障碍等严重影响患者生活质量。统计表明，超过1/3卒中人群发生抑郁，患者痛不欲生，家庭苦不堪言，社会负担沉重。

2008年，我国卒中患者人数达280万，而且正以每年9%的速率上升，控制卒中的发生，复发迫在眉睫。20年来，我们在降压、降脂、降糖治疗等方面取得较好的成效，但卒中发生率却仍然以每年8.7%的速度增加。那是为什么呢？上世纪90年代，人们在实验中发现血中升高的同型半胱氨酸导致了血管内皮细胞的炎症反应，引发了血管光滑内皮的破坏，促进了动脉粥样硬化斑块的形成，从而引发了动脉硬化性血管疾病，2006年美国心脏协会将同型半胱氨酸列为动脉粥样硬化和卒中独立危险因素。

众所周知，高血压是卒中发生的重要危险因素，世界高血压联盟指



出，到2020年心血管疾病和卒中将成为主要的致死致残原因，高血压将是引发这些事件的第一隐患。以往研究表明，高同型半胱氨酸血症与高血压在促进卒中发生上有协同作用，目前把在高血压疾病的基础上合并升高的同型半胱氨酸（>10微摩尔/升）称为H型高血压。多项大型流行病学研究荟萃分析，血浆同型半胱氨酸增加5微摩尔/升，卒中风险增加59%，H型高血压卒中危险比正常人高30倍。一项大型统计显示，我国人群同型半胱氨酸水平约15微摩尔/升、美国为10-12微摩尔/升，叶酸缺乏我国人群约60%，美国0.6%，升高的同型半胱氨酸是导致我国在传统“三高”（高血压、高血糖、高血脂）均远低于美国的情况下，卒中发病率仍远高于西方最重要的危险因素。

上述已经总结了H型高血压与卒中的密切关联性，这也为临床工作提供了进行H型高血压筛查防控的依据。那么，在哪些人群中应做H型高血压的筛查？首先是高血压、冠心病、心肌梗死或不稳定性心绞痛、高

脂血症、糖尿病或糖耐量异常的人群，曾发生卒中，或一过性脑缺血不全、动脉粥样硬化或颈动脉狭窄的人群；其次是有不良生活方式如长期吸烟、喝酒、吃盐较多的人；还有肥胖人群或亲属有上述疾病的人。

当然H型高血压是可防可治的，如果发现了H型高血压，在药物治疗开始前，先要进行生活方式的改变，可以进行适量运动，合理的体育锻炼可以使血压有某种程度的下降，注意运动时最大心率达到180（或170）减去年龄，频率一般要求每周3-5次，每次持续20-60分钟即可；保持宽松、平和、乐观的心态；戒烟、限酒；少吃豆制品，黑芝麻酱，海藻类等富含蛋氨酸的食物，多吃莴苣、菠菜、小白菜等绿色蔬菜和橘子、猕猴桃、葡萄等水果，可以补充叶酸，减少同型半胱氨酸。在进行了上述生活方式改变后，如果血压及叶酸水平不能降至正常水平，需要进行药物干预。H型高血压患者，必须及时、长期进行服用同时降同型半胱氨酸、降压的药物，且不可以随意停药或减药，目前中国高血压指南推荐口服依叶片10.8毫克/天。在进行了上述干预措施后，要将血压控制在140/90毫米汞柱以下；合并糖尿病、脑血管病、稳定性冠心病、慢性肾脏病血压控制在130/80毫米汞柱，同型半胱氨酸则应降至10微摩尔/升以下或下降幅度>20%。

总之，H型高血压的防治是一项长期持久的工作，在全面筛查传统卒中危险因素的同时，应重视H型高血压的防控。

许予明 郑州大学第一附属医院
周刚 河南省疾病预防控制中心 供稿

新视野

营养学应为慢性病防控提供支撑

近日，由解放军总医院、国际营养遗传学与营养基因组学会联合举办的第五届国际营养遗传学与营养基因组学大会在北京举行，卫生部副部长黄洁夫、科技部副部长志刚、解放军总后卫生部部长张雁灵等出席大会。

黄洁夫说，伴随着营养基因组学这一新兴学科快速发展，营养学已跨入基因组时代。作为新兴的交叉学科，营养基因组学将从更高的层面促进营养学与医学的交叉融合，为探索慢性非传染性疾病的防控新策略提供技术支持。

解放军总医院院长李书章，美国国家健身、运动、营养基金会主席麦克伦等专家表示，医院应重视在营养基因组学上推动医学整合，发挥医院在保健产业链中的特殊作用，以上游科技研发者和下游产品使用者的双重身份，强化在新技术方面的研发优势，实现基础研究成果与临床保健应用的无缝衔接。借助营养基因组学平台探讨慢性非传染性疾病预防，有助于揭示疾病病因，开发新的生物标记物，并实现真正意义上的个体化饮食干预，减少慢性非传染性疾病造成的死亡，降低疾病负担。

刘德培、饶子和、胡亚美、张金哲、王琳芳、程京等院士和700余位国内外学者与会。

（罗刚 王佳斌 罗国金）

我国专家又发现两个麻风易感基因

山东省皮肤病性病防治研究所等单位，通过对10531名麻风病例及健康对照者的研究，发现了2个新的麻风易感基因，并在世界上首次证明了其中1个和传染病有关。同时，通过对迄今已发现的9个麻风易感基因进行综合分析，发现有2个基因具有交互作用，同时存在可成倍增加麻风的患病风险。国际著名学术期刊《自然·遗传学》10月24日在线发表了我国科学家的上述研究成果。这是继2009年我国科学家在世界上首次利用全基因组关联分析方法率先发现7个麻风易感基因之后，在该领域取得的又一原创性成果。

2009年，山东省皮肤病性病防治研究所张福仁研究员率队的研究团队，联合安徽医科大学皮肤病研究所张学军教授团队和新加坡国立基因研究院刘建军教授团队，采用全基因组关联分析方法，在国际上率先发现了7个麻风易感基因。

据张福仁研究员介绍，此次研究由上述3个团队再度联手，以山东省皮肤病性病学重点实验室为研究平台，通过扩大对照样本，对24个可疑位点进一步验证，又发现了2个新的麻风易感基因：IL-23R、RAB32，并首次证实IL-23R和传染病有关，该基因影响细胞的“自噬”功能；RAB32与吞噬细胞对病原微生物的识别相关。

该研究团队综合分析了先后发现的9个麻风易感基因，结果显示NOD2与RIPK2具有交互作用，共同激活NF-κB通路，该通路影响宿主对感染的免疫防御，可极大增加麻风的患病风险。

（张忠田）

我国妇女健康状况改善明显

与10年前相比，中国妇女的健康状况明显改善，农村妇女生育健康水平大幅度提高。全国妇女联合会副主席、书记处第一书记宋秀岩在国务院新闻办公室10月21日举行的新闻发布会上公布了第三期中国妇女社会地位调查结果。

调查结果显示，在18-64岁的女性中，64.2%的女性健康自评“良好”，比10年前提高了9.2个百分点。最近3年内，有42.2%的女性做过健康体检，54.9%的女性做过妇科检查。调查显示，城镇35岁以下妇女生育孩子的时候做过产前检查的比例为94.8%，住院分娩的比例为97.2%；农村35岁以下妇女的相应比例分别为89.4%和87.7%，比10年前分别提高了13.4个和40.6个百分点。

调查结果表明，女性社会保障水平提高。在非农业户口女性中，享有社会养老保障的比例为73.3%，享有社会保障的比例为87.6%；在农业户口女性中，享有社会养老保障的比例为31.1%，享有社会保障的比例为95%。近10年，87.3%的城镇单位女性生育最后一个孩子时产假时间达到了国家规定标准。城镇单位女性社会养老保障和医疗保障的享有率分别比10年前提高了25.4和46.1个百分点。

调查发现，女性的生活方式呈现多样化，35.2%的女性最远一次出行的目的是旅游，55.2%的女性有意识地进行体育锻炼，20.2%的女性参加过村（社区、街道）的文体活动。

据悉，第三期中国妇女社会地位调查是全国妇联和国家统计局联合组织的，以2010年12月1日为标准时点，内容包括健康、教育、社会保障等9个方面。本次调查共回收18岁及以上个人有效问卷10余万份。

（甘贝贝）

缺血性卒中的防治误区

体育锻炼，减肥等。如果这些危险因素仍未使卒中得到有效控制，再考虑给予药物治疗。

误区三：轻视正规药物，重广告。现在各种保健品、药物及治疗仪的广告满天飞，这些保健品绝大多数没有广告上说的那么神乎其神的作用，甚至全无药理作用。很多中老年患者过分听信这些东西的宣传，花费大量的金钱用于购买这些保健品，并且认为医生开的药物有很大的毒副作用，不愿意购买药物，或者不正规服药，导致花费增加，却达不到防治的作用。

误区四：轻视早期症状。很多缺血性卒中患者发病早期表现为症状较轻或者症状持续时间较短，许多患者和家人心存侥幸，以为症状较轻不影响生活，或者发作过去就不会再发作了，殊不知发生这种情况以后脑血管及脑血流状态非常不稳定，很容易出现更严重的脑梗死，而脑梗死最佳药物治疗溶栓是有时间窗限制的，一般为4.5-6个小时，超过这个时间基本就不能溶栓了。在临床上，很多患者因为轻视早期症状而错过了溶栓时间，遗留严重的后遗症。

误区五：轻视检查。一些脑梗死患者及其家属对医

生给患者完善各种检查非常不理解，尤其是一些较为昂贵的检查项目如核磁共振、磁共振血管成像、血管造影等，经常说“已经做过脑CT了，是脑梗死，按这病给看吧”。其实，缺血性卒中也为多种类型，各种类型的发病机制不同，它们的治疗与预防方法也是千差万别的。比方说对于有严重颈动脉狭窄的患者，血压就不能降得太低，二级预防的时候要考虑到进行颈动脉内膜剥脱术或者颈动脉支架植入术，而不是单纯地使用常规药物预防。

以上是我们在临床上常见到的患者及其家属存在的误区，其实这样的误区还有很多，但是我们相信经过不断地宣传，这些误区都会被纠正。

许予明 郑州大学第一附属医院
周刚 河南省疾病预防控制中心 供稿

新播报

学校食堂食品安全整治展开

近期学校食堂食物中毒事件时有发生，严重危害广大师生身体健康。近日，国家食品药品监督管理局与教育部联合印发《关于迅速开展学校食堂食品安全整治严防食物中毒事件发生的紧急通知》（以下简称《通知》），要求各类学校全面开展食堂食品安全自查，食品药品监督管理局和教育行政部门应立即对各类学校食堂尤其是中小学校和托幼机构食堂进行拉网式检查，严防食物中毒事件发生。

《通知》要求，各类学校重点自查食堂是否获得餐饮服务许可，管理制度是否落实，人员健康管理是否到位，原料采购、加工制作等，严禁高等院校以外的各类学校食堂加工制作冷荤凉菜，严禁违规加工制作豆角，严禁各类学校食堂采购、贮存、使用亚硝酸盐。

《通知》要求，食品药品监督管理局和教育行政部门立即组成检查组，对发现存在安全隐患的学校食堂，要责令限期整改，整改不到位的，要依法严肃处理；对违反规定没有认真开展自查，且发生食物中毒，造成严重社会影响的，一律吊销其餐饮服务许可证；同时，深入开展食品安全宣传教育，加强学校食堂食品安全保卫的检查，严防发生投毒事件。

（陈晓曼）

将心理干预纳入儿童慢性病治疗

10月21-23日在国际发育与疾病高峰论坛暨第六届儿童保健高层论坛上，中华预防医学会儿童保健分会副主任委员杨玉凤指出，慢性疾病儿童心理行为问题发生率约是健康儿童的2倍，应将心理干预治疗纳入儿童慢性病治疗整体计划中。

杨玉凤说，儿童慢性疾病包括癫痫、哮喘、先天性心脏病、肿瘤及器官功能障碍等。疾病的反复会使患儿产生情绪和行为障碍，增加其相关心理和行为问题的风险。患儿常见的心理行为问题表现为：不能控制排尿、过分依恋等倒退行为；拒食、不睡觉、依赖、霸道、甚至破坏等症候；社交行为受到限制，不与同伴或他人交往；拒绝治疗，甚至失去控制，出现过激行为等。

杨玉凤说，医务人员在治疗原疾病的同时，应通过症状和评估了解慢性患儿存在的心理行为问题；在治疗方案实施前和手术前邀请心理医师对患儿进行心理咨询，使其乐意接受治疗，增强战胜疾病信心；加强对患儿的关爱与照顾，在患儿感到无助时及时给予安慰；对合并严重心理行为问题的患儿，更应及时进行心理治疗和行为干预。

（甘贝贝 刘芳）

结防人员年均外出培训不足一次

不久前，“中华医学会结核病学分会——礼来结核病培训西部行”专业人士培训项目兰州站活动启动。该活动将在2年内覆盖结核病疫情较严重的西部地区6个省（区），为上述地区培训结核病防治师型人才。

据介绍，人力资源不足已成为制约结核病防治工作开展的关键因素。据调查，我国每名结核病防治人员平均3年才有一次外出培训的机会。全国50.2%的结核病防治人员近3年都未参加过任何结防相关培训。与此同时，基层结核病防治人员对于结核病防治的最新进展和技能培训需求极为迫切。

据统计，我国的结核病感染率达到44.5%，每年因为结核病死亡的人数大约为13万人。西部地区结核病患病率达到了东部地区的1.7倍左右。为提高西部地区结核病防治专业人士的能力，今年年初，礼来制药携手中华预防医学会儿科分会发起的“结核病培训西部行”活动，已经走过四川省和新疆维吾尔自治区，培训学员共计225人。

（闫爽）

SARS病毒研究获新进展

记者近日从武汉大学基础医学院获悉，该院郭德银教授研究组的一篇题为《从生化和结构视角深入揭示SARS冠状病毒RNA甲基化机制》的学术论文，最近发表在国际病毒学领域权威期刊《公共科学图书馆·病原卷》上。这一研究成果揭示了RNA基因组复制和RNA病毒致病分子机制，为新型抗病毒药物的设计和筛选提供了重要依据。

该论文是由该院现代病毒研究中心、病毒学国家重点实验室郭德银领导的研究组完成的，共同第一作者为武汉大学生命科学院青年教师陈宇和研究生苏海洋，中科院院士、著名病毒学家田波亦为作者之一。

据悉，郭德银领导的研究组一直坚持研究SARS病毒的复制与致病机理。2009年率先发现并鉴定SARS病毒复制过程中至关重要的基因组甲基化修饰功能，并在国际著名学术期刊《美国科学院院报》发表论文。

研究发现，RNA病毒复制过程与以DNA为遗传基础的DNA病毒和细胞形态生命形式有明显不同。由于RNA基因组复制酶缺乏纠错功能，因此，RNA病毒变异率较高，容易产生抗药性或使疫苗失去免疫效果。郭德银开展的研究聚焦于SARS病毒RNA甲基化修饰和免疫逃逸直接相关的另一个甲基转移酶。通过生化分析与解析SARS病毒蛋白复合体结构，深入揭示了这一甲基转移酶的功能机制，有助于研制短肽或小分子化合物抑制该复合体形成，进而抑制SARS病毒的感染与致病，为研发抗SARS病毒特异性药物提供新途径。

（蒋明）