老年人降压　记住三要点

中国医师协会高血压专业委员会主任委员　赵连友

需按血压波动规律服药；降压治疗的同时治疗心血管并发症；血压突然明显增高时，应服用和含化短效降压药物。

老年高血压患者的临床特点呈多样性，与一般高血压临床特点有明显的不同。因此，老年高血压患者容易出现一些特殊问题，从而使高血压难以控制，严重影响高血压的治疗效果，使患者的生活质量下降，影响预后，增加了致残率和死亡率。

A 忌血压大幅波动

老年高血压的临床特点之一就是血压在24小时之内有较大的波动，这常常是引起老年高血压患者心血管意外发生的重要原因。

临床资料显示：老年高血压患者收缩压波动幅度较大，在1天之内其波幅达40~80毫米汞柱，多发生在情绪激动、紧张、疲劳、失眠等情况下，并具有突发性、暂时性和严重性等特点。因此，控制老年患者血压大幅度波动至关重要，有助于明显地降低心血管急性事件的发生率。

B 致血压波动原因多

弄清老年高血压患者血压波动大的原因，是有效治疗的关键问题。大量临床资料表明，以下4点为血压波动大的常见原因：

一、治疗不合理，主要是未按血压波动的规律服药。患者血压不稳定，一般出现在早晨、下午，部分患者在情绪波动和紧张的情况下出现。因此，患者应在起床后和情绪变化时加服降压药物。

二、使用了短效降压药物治疗。短效降压药物的作用时间短，不能维持高血压患者24小时血压的稳定性，临床上容易出现血压明显增高。

三、继发性高血压。临床上常见的一些继发性高血压也容易引起血压大幅度波动，往往在外界因素刺激下收缩压可明显增高，可在原来血压基础上升高60毫米汞柱以上。常见疾病有嗜铬细胞瘤、肾素分泌瘤和肾上腺皮质增生等。

四、高血压患者并发的靶器官损害引起的心血管疾病急性发作。临床上可见心绞痛、左心衰、高血压危象、高血压脑病。

C 治疗策略有三

对于血压不稳定的老年高血压患者，应该如何处理呢？

首先推荐使用长效降压药物，按血压波动的规律服药。长效降压药物多每日服1次，在早晨起床时服用。例如，氨氯地平5毫克，可24小时平稳降压，避免早晨和下午血压过高现象出现。如果服用中效降压药物，半衰期在12小时内，第二次服药时间应在每日下午4时。例如：贝尼地平和佩尔地平每日2次，早晨7时、下午4时为服药时间。

其次，在治疗老年高血压过程中，特别应该注意控制心血管疾病的急性发作，强调在降压治疗的同时要治疗心血管并发症。例如：应用硝酸酯类药物预防和治疗心绞痛的发作；应用血管紧张素转换酶抑制剂防治心力衰竭。对于血压波动大的患者，特别要注意排除继发性高血压。对于这一类患者，要注意病因治疗。

最后，老年高血压患者不管是否服用长效降压药物，当出现血压突然明显增高、有明显临床症状时，应服用和含化短效降压药物，把急剧升高的血压控制在160毫米汞柱以下。临床上，常用的快速降压药物有尼群地平、卡托普利等。

儿童精神病复发原因分析及护理对策（上）

河南省精神卫生中心　师凤彩

通过询问病史及病例分析，笔者发现儿童精神病的复发原因包括：患儿否认有病，拒绝服药；不规则或间断服药；症状出现反复时，家长自行调整剂量或者认为疗效不理想改用中药；服药2~3年后，病情稳定未出现大的波动，家长认为患儿完全康复未经医生检查而停药；监护不力，药物交由患儿保管；药物副作用大，影响患儿学习或者体形改变，导致患儿服药依从性下降；病情缓解或者康复期学习压力大，情绪不稳定；家长无法面对现实，否认诊断、拒绝治疗及其他因素。

提高患儿和家长对精神疾病的认识　在患儿住院及家长探视时，根据疾病的恢复情况，医护人员应进行有关疾病的健康教育，让家长掌握更多精神卫生方面的知识。医护人员可以利用多种形式，如墙报、报刊、书籍，讲解精神疾病的性质、发病因素、症状表现、疾病复发的因素，复发的早期表现等；强调精神疾病是慢性病，必须坚持长期治疗。有的家长对患儿的精神病持有不科学、不健康的态度，告诫患儿不要让别人知道，要不然会丢人。这样会造成患儿自卑、孤僻、压抑的性格，离群索居，害怕与人和社会接触，不利于病情的稳定。医护人员在对患儿和家长进行健康教育时应强调精神病只是一种疾病，别人有看法是因为他们不了解这个疾病；疾病是个人隐私，是受保护的，没有必要告诉别人，但不是因为精神病是丢人的、可耻的、罪恶的；让患儿和家长正确面对疾病，增强患儿和家庭对社会和社会环境的信心。在冬春季节交替时，家长要注意患儿的情绪、睡眠、饮食变化，有明显异常应及时应诊。有的家长不了解精神科的行为治疗，因心疼患儿而让患儿出院，等症状加重后再入院。这是不对的，因为精神病的预防就在于早发现、早诊断、早治疗。尤其是“儿童精神分裂症”的患儿，在患儿确诊、首次住院时，医护人员就要向家长讲解，对不能面对现实、否认诊断的家长说明利害关系。否则，症状加重后，治疗的难度就会加大且不一定取得满意疗效。对精神发育迟滞伴精神障碍的患儿，健康教育的重点对象是其父母。

强调药物治疗的重要性，提高患儿的服药依从性　抗精神病药物治疗对精神病症状的控制、减少复发有重要意义。有的家长觉得出院后已经维持用药2年以上，患儿的病情也很稳定了，就认为病已经痊愈，而且对寄宿上学的患儿来说每天服药也很麻烦。因此，医护人员在工作中要反复讲解坚持长期药物治疗的作用和意义；讲明停药过早则复发率高，尤其是对“儿童精神分裂症”患儿；向家长说明绝大部分的复发病例都与停药、不正确服药有关。另外，医护人员要向患儿介绍药物的治疗作用、出现药物副作用时如何处理。非典型抗精神病药的副作用小，长期服用能让家长和患儿接受，但因价格高而使有的家庭承担不起，因此在使用前，医护人员必须向家长说明利害。有的抗精神病药的常见副作用是食欲增加、体形发胖，会导致爱美的女患儿拒绝服药，医护人应提前说明并提供饮食和锻炼的指导，防止体重增加过快、过多。

精神卫生之窗
河南省卫生厅疾控处　主办
河南省精神卫生中心　协办
咨询电话：(0373)3373990　3373992
地址：新乡市建设中路388号

人际关系处不好可导致身体炎症恶化

发表于《美国科学院学刊》的研究报告指出，人际关系对身体健康的影响不容小视，特别是在心脏病、高血压、癌症的发病率上，其作用甚至不亚于饮食和休息。

美国加州大学洛杉矶分校医学院科学家进行的这项新研究发现，人际关系处不好可能导致身体炎症恶化，进而引发一系列疾病，如心脏病、高血压、癌症等。研究人员通过对122名健康的年轻人进行跟踪观察研究，并根据他们的日记来判断其心情状态和周边人际关系后发现，保持积极向上的心态，周围人能跟自己相处良好且没有竞争关系的状态，更容易让人保持身体健康，避免生病。　（据《生命时报》）

越胖的人疼痛越多

肥胖影响美观、肥胖带来疾病、肥胖破坏社交……可是，有谁想过，肥胖竟还会带来疼痛呢？据美国合众国际社不久前报道，近日一项针对100万人进行的研究发现，肥胖和疼痛存在直接联系，而且越胖的人，疼痛越多。

纽约州立石溪大学的研究人员在2008年至2010年进行了电话问卷调查，在约101万受访者中，有63%的人超重，25%的人肥胖。结果发现，相比体重较低的人来说，超重的人疼痛的概率增加了20%，而且体重越高，疼痛度越高。

研究者说：“这项研究证实并延续了之前的一些对肥胖与疼痛相关性的研究。当具体到某些常见的疼痛症状，并关联了性别和年龄后，这个结果依然成立”。研究人员认为，疼痛与肥胖的联系确有一些比较合理的解释。体内过多的脂肪会触发导致炎症和疼痛的复合物的生成；同时，肥胖导致的抑郁会带来疼痛；肥胖引起的关节炎也会带来疼痛。

（据新华网）

胃部一种糖链缺失可致胃癌

日本一个研究小组最新报告说，实验鼠胃黏膜中的一种糖链缺失会引发胃癌，早期胃癌患者胃部这一糖链也出现减少甚至消失，因此可据此寻找预防胃癌的方法。

糖链是葡萄糖、半乳糖等糖类分子按特定序列形成的链状物。日本信州大学医学部教授中山淳率领的研究小组在美国《临床研究杂志》网络版上刊文说，胃黏膜产生的液体中含有一种糖链，这种糖链含有α型N乙酰氨基葡萄糖。研究人员通过基因技术，培育出胃黏膜不产生这种糖链的小鼠，结果这些小鼠出生5周后，胃和十二指肠接合部的胃黏膜就出现炎症，30周后确认出现癌细胞。研究小组还发现，早期胃癌患者胃部这一糖链也出现减少甚至消失，因此确认这种糖链具有消炎和防止患癌的功能。

中山淳指出，胃癌有90%以上被认为是幽门螺杆菌导致的，他们在2004年曾发现这种糖链能够遏制幽门螺杆菌的增殖。不过此次实验没有让小鼠感染幽门螺杆菌。中山淳说，希望这一发现有助于开发出补充这种糖链的药物从而预防胃癌。

（蓝建中）

前沿探索　QIAN YAN TAN SUO

五联苗——妈妈的放心之选

最近，不少新妈妈前来医院咨询有关新上市的儿童五联疫苗的情况。她们通过电视、网络等渠道了解到，接种一针这样的联合疫苗就能同时预防5种疾病，不但大大减少了宝宝的接种针次和每次接种给孩子带来的焦虑和痛苦，也随之降低了不良反应发生的概率，同时也给家长节省了时间和精力。五联苗的这些优势让妈妈们雀跃欢欣、跃跃欲试，但同时也有一些疑虑，其中最集中的问题是：一种疫苗可以预防多种疾病，那这是否会影响到疫苗对宝宝的保护作用呢？毕竟给宝宝接种疫苗的目的就是为宝宝的成长“保驾护航”，如果达不到这个目的，其他方面的优势再多也只是徒劳。首先，这样的担忧没有科学根据。每一种疫苗都必须经过国家严格的审批程序才能够上市使用，不可能因为这是一种联合疫苗而有“特殊待遇”。相反，我国对联合疫苗还做了相应的明确规定：联合疫苗应证明在有效性方面至少与单价疫苗是相等的。因此，五联苗在国外上市之前做了大量的临床研究，均证明五联苗抗体的血清保护率及抗体水平与单项疫苗相当。其次，五联苗进入中国之前也做了大量的临床研究，近800位符合临床试验要求的宝宝参与了这项研究。试验最终也证明：按照五联苗的免疫程序接种疫苗，中国宝宝与致病原“斗争”的能力不低于分别接种百白破、IPV和Hib这3种疫苗。最后，国内外研究都证明，五联苗的安全性很好，接种后全身反应和局部反应的发生率与单苗相似，均处于较低水平。

其实，中国并不是第一个使用五联苗的国家，五联苗于1997年面市，已经在全球超过100个国家使用，并且还有23个国家和地区将其纳入了计划免疫的范围。这也从另一个侧面反映出儿童五联疫苗是一种安全、有效的疫苗。

知道了这些，妈妈们是否觉得服下了一颗“定心丸”呢？有了这颗“定心丸”，妈妈们就能够放心地为宝宝选择五联苗了。

（秦雪）

老人有了保命氧

初春，气温乍暖还寒，患有心脑血管病的老人血管狭窄硬化，很难适应气温骤暖骤冷变化，血液运输氧气的能力减弱，导致缺氧，血管易形成痉挛萎缩，突发中风、心梗、猝死风险极高。哮喘和慢性支气管炎、肺气肿等患者血氧交换能力降低导致缺氧，胸口憋闷，呼吸困难，缺氧又加重右心室负担，有致肺心病和呼吸衰竭风险。

专家指出，春季更应该补氧，可保护心、脑、肺安全，防意外突发。吸海氧15~30分钟可稳定血压，头不晕，胸不闷，呼吸顺畅；吸海氧1~3个月可显著降血脂、血糖，心绞痛、心率不齐消失，哮喘、慢性支气管炎等病好转并很少复发，喘憋改善或消除，祛痰镇咳，肺功能增强。

“海氧之家”制氧机——中老年人专用氧疗机

采用美国亚太国际尖端制氧科技技术制造，国内唯一达到国际A级生命级用氧标准，被誉为当今最先进的新一代家庭氧疗机。

一、物理制氧：无需添加剂、插电即出纯净物理氧，体小轻便、随时氧，远程遥控。

二、三级供氧：能产生30%、60%、90%浓度生命级氧气，可满足日常氧疗和急救所需。

三、三包服务：三个月包换、一年保修、终身维护。

诚招省内分销及代销合作伙伴

咨询专线：

地址：金水区紫荆山路和城北路交叉口向南100米阳光苑区41702　代理店地址：紫荆山路李里路黄河路市场北隔壁斜对

肿瘤药物会议在上海召开

——现代抗肿瘤中药枫苓合剂新成果引起轰动

近日“肿瘤药物临床应用学术研讨会”在上海举行，到会的上海各大医院相关临床科室主任和专家都纷纷发表自己的见解。我国首个可替代手术、化疗的现代抗癌中药新药——枫苓合剂引起专家的重视。

专家对新成果高度赞许

会上，上海市中医界名医泰斗王曦明教授、曙光医院肿瘤科周荣耀教授等专家对该成果的疗效表示了极高的肯定。

国家新药评审专家、著名肿瘤药效学专家严惠芳教授深有感触地说：该成果相关合剂类药物是她20多年来测试过的效果最好的治疗肿瘤的药物，是中药现代化的重大突破。

据悉，作为一枝独秀的中药新成果在申请治疗性抗肿瘤药品时，因为在中成药领域没有参考药品，临床对照试验只能跟化疗药对比做，结果几个模型做下来，抑瘤总有效率远远超越化疗。

新成果进入医保　上海患者很幸运

国家药品研究基地7年大样本临床验证：该成果相关合剂类药物主要治疗胃、肝、食道、胰腺、肠以及肺、鼻咽、乳腺、宫颈、前列腺等肿瘤，肿瘤缩小率超出国家标准3.3倍。

鉴于该成果相关合剂药物的出色效果，上海率先将其列入医保目录（医保编号Z0131200010020），在19家大医院使用。

>>相关链接　据悉，因为效果突出，枫苓合剂已率先进入上海医保，在上海19家医院使用，患者可放心购买。为了让河南患者也能用到该药，在郑州市大学路40号（郑州大学第一附属医院急救中心向南50米）金秋大药房，安阳市春草大药房（海鑫购物广场南侧）已分别引进并成立枫苓合剂专家咨询服务处。专家预约热线是郑州(0371)66912589 60380173，安阳(0372)5065712

非药无痛治疗　自然绿色疗法

第三届中药竹罐排瘀疗法、套管针灸刀新疗法培训班通知

由河南省医学科学普及学会、医药卫生报社、北京御舜堂医学研究院、汪氏竹罐传承人汪萍女士共同举办的“第三届中药竹罐排瘀疗法、套管针灸刀新疗法培训班”将于2012年3月1~6日（3月1日是报到时间）在河南省医学会举办。学会专家组经考察鉴定，认为以上两种疗法好学易懂，安全无痛，医疗成本低，治疗效果确切，是值得基层医院、乡村医生、个体门诊及美容养生机构引进、普及的绿色疗法。

疗法介绍：

一、中药竹罐排瘀疗法

中药竹罐排瘀疗法是我国民间传统的绿色自然疗法，创始人相传是东汉名医华佗，传承至今已有2000多年的历史。万病根源在于瘀，“瘀血不去、诸症难除”，“通则不痛，痛则不通”。我国古典医学名著《黄帝内经》中60%的内容与刺血排瘀有关。

中药竹罐排瘀疗法遵循我国传统的中医理论基础，以经络学说和气血学说为主要理论依据，并结合现代软组织学说，通过刺络、排瘀、药疗、热疗等综合手法，直接把形成病痛的垃圾废物、风寒湿邪毒排出体外，可有效治愈人体90%以上的常见病和疑难杂症，且操作简单、见效快、治愈率高、康复彻底、不易反弹，无任何副作用，是人人都能学会的自然疗法。

中药竹罐排瘀疗法作为独特的自然疗法，有较高的推广价值。其鲜明特点如下：1.绿色疗法：水磨精细天然竹罐、天然活血化瘀煮剂、无痛排瘀工具使治疗过程无痛苦、风险小。2.易于普及：有无医学基础均可，手法简易，易于掌握；投资小、效益高。3.疗效显著：综合拔罐、刺络、排瘀、药熏手法，效果显著，某些病痛可一次痊愈。不留疤痕，不伤神经、血管、内组织，无不良反应。4.疗效直观：患者可以看到瘀邪异常。

适宜范围：各类头痛、头晕目眩、失眠多梦、记忆力衰退、视物模糊、颈椎病、肩周炎、腰椎间盘突出、腰肌劳损、青春痘、妇科疾病、下肢寒凉、胃部不适、高血压、各类慢性疼痛等。

二、套管针灸刀新疗法

套管针灸刀新疗法是北京御舜堂医学研究院石洪印教授历时五年的专利研发成果，该疗法有效回避了针灸针刀的治疗弊端，特色如下：

1.无痛进针见效快：借助套管快速进针，患者无痛觉，三分钟完成治疗，针出病缓，当场见效。

2.特制针具无风险：最长针体1.5厘米，短针1厘米，不伤神经、血管、内组织，培训结束随时可以临床操作。

3.好学易懂，对资质要求不高，适合各级医院特色门诊、康复诊所、按摩针推门诊、医学美容机构、社区门诊、基层诊所、家庭保健理疗等。

适合病症：适用于颈椎病引起的头晕和上肢麻木、腰椎病引起的腰疼及下肢疼、肩周炎、膝关节炎、乳腺增生、中风、气管炎、面神经炎、胃病、鼻炎、高血压、失眠、痔疮、肠炎、近视、耳鸣、记忆力减退等，针到病缓。

本次培训另传授静脉曲张简易疗法和乳腺增生简易疗法。

三、培训费用

每人2600元（含培训、考试、合影）；需办理卫生人才专业证书和会员证书的另付900元，协助安排交通食宿，费用自理；需报销的学员可开具正式发票；有学分要求的可办理省级一类学分。

四：时间安排与联系地址

时间安排：3月1日全天报到；3月2~3日，套管针灸刀疗法；3月4~6日，中药竹罐疗法。

办公地址：郑州市纬五路与经二路交叉口省卫生厅卫生监督局511室

报到地址：郑州市纬五路河南省人民医院斜对面河南省医学会505教室。行车路线：火车站下车乘101路公交车到河南省人民医院下车，过经三路口向东步行100米路南（丽声助听器招牌右侧胡同向南20米）即到。

联系电话：(0371)65962891　15037197983

QQ：442835059　孟老师