

# 普及健康知识 提升科学素养 药学科普中国行活动启动

本报讯(记者常娟 通讯员吴文君 孙逸瑶 郭啸轩)“建设一个科普团队,认定一批科普基地,建设一个科普网站,举办一届科普竞赛,提升一代人科学素养……”10月19日,在中华医学临床药学会2021年全国学术年会上,中华医学临床药学会在全国各省(自治区、直辖市)同步启动“普健康知识,提科学素养,药学科普中国行”系列科普行动,以普及合理用药知识。

根据世界卫生组织公布的数据,全球有十分之一患者

的死亡是由药物不良事件导致,23%的药物不良事件是可预防的。中华医学临床药学会在全国各省(自治区、直辖市)同步启动“普健康知识,提科学素养,药学科普中国行”系列科普行动,旨在贯彻《“健康中国2030”规划纲要》,推动我国卫生健康事业发展,充分调动药师为大众提供合理用药健康服务的积极性,发挥药师在健康中国战略中的作用,提升我国合理用药水平。

在启动仪式上,由中华医学临床药学会组织全国

78所医疗机构、213名一线临床药师认真撰写审核,倾力打造的一套最贴近百姓生活的系列药学科普丛书——《一生健康用药必知》也首次揭开面纱。该系列科普丛书共15本,贯穿全生命周期的各个年龄段及生活中常见用药问题,其中,《青少年药学科普》《更年期药学科普》《旅行药学科普》、网络购药相关药学科普等为全国新发读物。

据中华医学临床药学会主任委员赵杰介绍,《一生健康用药必知》系列科普丛书科学严谨、图文并茂,努力让百姓

看得懂、学得会、用得上,全面普及合理用药知识与技能素养,让科学的药学知识更加深入百姓生活。该丛书是铲除错误用药、防范假冒伪劣药品、树立民众药物治疗科学意识、警戒用药差错的利器。

当天,中华医学临床药学会专项科研基金第二期专项科研基金签约仪式也同步举行。据赵杰介绍,针对临床药学领域科研创新和人才培养,中华医学临床药学会设立并启动中华医学临床药学会专项基金。该项目旨在提高我国临床药师特别

是青年临床药师的药学科研水平,培育一批具有较高创新性和可行性的研究项目,进一步促进临床药学科发展。

中华医学临床药学会2021年全国学术年会由中华医学临床药学会、河南省医学会、郑州大学第一附属医院承办,为期2天,其主题是“转型发展、合理用药”,采取“线上+线下”方式,邀请国内药学领域的知名专家、学者齐聚一堂,共庆中华医学临床药学会成立10周年,共话临床药事业发展与进步。

在体检时发现甲状腺结节,不少人会担心不已:甲状腺结节是恶性肿瘤吗?需不需要手术切除呢?甲状腺癌真的是所谓的“好癌”吗?不治疗会有什么影响呢?

就这一系列问题,记者采访了河南省肿瘤医院的相关专家。

## 甲状腺结节需要手术切除吗?

据省肿瘤医院甲状腺外科主任秦建武介绍,医学上,甲状腺结节的定义是在影像学上可见的边界清晰的增生性细胞团,包括良性结节、恶性结节、炎性结节和结节性甲状腺肿。患有甲状腺结节并不可怕,最重要的是患者要及时到正规医院进行诊治,先判断结节的性质,有针对性地制定治疗方案。

甲状腺结节患者中,有5%~17%的患者为恶性结节。大部分甲状腺结节患者不必过分担忧,如果非恶性且无压迫症状,未出现增长过快等情况,可先进行临床观察。

“当结节临床特征符合以下标准时要及时就医,包括恶性甲状腺结节;结节体积较大,且出现明显的压迫症状;胸骨后甲状腺结节;功能自主性结节。”秦建武说,“如果为功能自主性结节,患者可出现甲亢,需要尽快到专科医院进行规范手术治疗。”

要注意,甲状腺结节的大小与是否为甲状腺癌并无多大关系。结节较小者可能为甲状腺微小癌,而结节较大者也可能为良性的巨大腺瘤。若发现短期内迅速增大的甲状腺实质性肿瘤,则需要重视。

省肿瘤医院甲状腺外科主任医师罗瑞华说:“甲状腺结节到底是不是癌,要不要手术,不是光看结节的大小,对于已确认良性的结节,一般不主张积极手术,除非结节直径超过4厘米,严重影响了美观。即使小于4厘米,但已经有压迫感,呼吸和吞咽困难,也需要手术。”

## 甲状腺癌真的是“好癌”吗?

由于甲状腺癌整体预后很好,生存率也比较高,对人体的风险和危害也比较低,所以不管是专业人士还是普通大众都将甲状腺癌称为“好癌”。

甲状腺癌真的是“好癌”吗?对此,罗瑞华说,所谓“好癌”,首先要满足的条件就是肿瘤大小不超过1厘米。此外,“好癌”还应该是低风险的甲状腺癌。

哪些是低风险的甲状腺癌呢?肿瘤不超过1厘米,没有淋巴结转移和远处转移,肿瘤没有突破甲状腺包膜到甲状腺外,没有侵犯气管、喉返神经以及甲状腺周围组织,穿刺病理不是高危类型(比如乳头状癌)。患者没有甲状腺癌家族史,无青少年或童年时期射线暴露史。

低风险的乳头状甲状腺癌的传统治疗方法就是全部或部分切除甲状腺,包括乳头状微小癌(直径小于1厘米)或者更大的乳头状癌。手术做完后,患者往往需要终生服用甲状腺激素来内分泌抑制治疗和替代治疗,有的时候还需要进行放射性碘<sup>131</sup>I治疗。

## 甲状腺癌一切了之可取吗?

目前,很多人存在一个误区,认为手术在很大程度上减轻了患者的痛苦,所以甲状腺癌的治疗首选手术。然而,最近的研究表明,我们可能低估了甲状腺癌手术治疗的负面影响。

在甲状腺切除术后,患者经常会出现吞咽或发声方面的不适。一些患者也会受到持续性疲劳和不良心理的影响。疲劳通常是由切除甲状腺后甲状腺素水平异常导致的。心理方面的困扰,主要包括对癌症复发的恐惧。这种恐惧可能会在手术治疗后持续数年,而且高达48%的甲状腺癌患者术后会产生这种恐惧,患者的生活质量受到严重影响。患者对治疗及其效果的不确定性和对检查结果的预期,也会加剧担忧和焦虑心理。

因此,不少肿瘤专家认为,对于甲状腺癌,一般原则是手术切除;但根据患者自身情况,也会给出继续观察的建议,并不是一发现癌变就立马切除。

对于瘤体直径小于5毫米且不存在其他高危因素的甲状腺乳头状癌,可以考虑暂时不手术,但要密切观察,积极监测;对于瘤体较大的乳头状癌,还是建议手术治疗。而甲状腺滤泡性癌易血行转移,手术治疗应相对积极;甲状腺髓样癌中度恶性,手术以治疗为主,术后注意血液指标监测,同时应注意家族遗传倾向;甲状腺未分化癌高度恶性,除非早期发现,大多浸润广泛,难以手术,以药物和放射治疗为主。

# 甲状腺癌究竟要不要手术切除

本报记者 冯金灿 通讯员 王晓凡



10月18日,河南省结核病实验室检测技能比赛在河南省疾病预防控制中心举行,来自全省17个省辖市、济源示范区及省直管县(市)的参赛实验室专业技术人员,共计74名。本次比赛包括理论考核、现场操作,促进了河南省结核病实验室人才培养和储备,进一步提升了结核病诊疗与防控水平。

杨须 蒋建国/摄

## 新型支架植入治疗严重输尿管狭窄

本报讯(记者常娟 通讯员冯光耀 吴怡君)近日,郑州大学第二附属医院泌尿外科为一名78岁严重输尿管狭窄的女性患者成功实施了新型支架植入术。该手术为输尿管狭窄治疗提供了新的治疗手段。

该患者因结肠癌术后盆腔复发,压迫并浸润右侧输尿管下段,导致右侧输尿管下段重度狭窄。对于此类病人,传统

的解决方法需要长期佩戴输尿管支架管,由于需要定期更换,容易导致反复感染、结石形成、尿液反流及患者不耐受等不利因素出现,同时也给患者带来极大的身体和精神折磨,增加患者医疗负担。部分输尿管狭窄患者若不及时治疗,最终将导致肾积水并发育功能丧失。郑大二院泌尿外科许长宝团队认真评估了患者病情,经过

与患者及家属充分沟通后,决定为其实施新型输尿管支架植入术。

术中,许长宝通过手术影像进行X线精准定位输尿管狭窄部位,并将新型镍钛记忆合金输尿管支架管成功放置到准确位置。注入热水后,新型热膨胀镍钛记忆合金输尿管支架管预成型锥头成功膨胀,锚定于狭窄段上方,使输尿管

通畅引流,手术取得圆满成功。

据许长宝介绍,输尿管狭窄逐渐成为泌尿外科的常见病,原因复杂多样,部分输尿管狭窄处理困难,若不及时治疗最终导致肾积水并发育功能丧失。对于长段而且重度输尿管狭窄,治疗极其困难,大部分患者需要长期留置输尿管支架管。目前,常用输尿管

支架管较长,需要定期更换,给患者带来极大痛苦。而新型镍钛记忆合金输尿管支架管,是一种螺旋形支架,具有遇热膨胀、遇冷变软的物理特性;支架表面覆有特殊涂层,可以减少输尿管上皮细胞生长和结石的形成;支架植入简单、取出容易,可永久放置,且不良反应较小,能大大减轻痛苦、改善生活质量。

## 河科大一附院为双耳鼓膜穿孔患者成功手术

本报讯(记者刘永胜 通讯员谢雅敏 梁颢)近日,河南科技大学第一附属医院景华院区耳鼻喉科医生为一名双耳鼓膜穿孔的患者,成功实施了双耳鼓室成形术,解除了困扰患者多年的顽固耳疾痛苦。

今年52岁的张女士,20年前出现双耳听力下降,就诊时被告知双耳鼓膜穿孔。因对听力影响不明显,张女士便没有

进行系统治疗。近2年张女士双耳听力下降明显,耳鸣加重,严重影响日常生活,便想通过手术治疗改善生活质量。

河南科技大学第一附属医院景华院区耳鼻喉科医生芦二永接诊后,在详细评估了张女士鼓膜穿孔大小及听力情况后,认为目前其双耳鼓室黏膜状态良好,可以进行手术。

一听可以手术,张女士开心不已,并提出想双耳同时接

受手术的要求。芦二永考虑到若采用传统的手术方式,需要经耳颞部头皮切口取颞肌筋膜在显微镜下进行鼓膜修补,双耳同时手术不仅创伤大,且易感染导致手术失败;而耳内镜技术在耳鼻喉科已成熟开展多年,目前已成为微创修补鼓膜穿孔的“利器”。于是在术前综合评估手术风险及预后,并与张女士及家属充分沟通后,芦二永决定为其实施耳内镜下双

耳鼓室成形术。

手术时,为降低双耳同时感染的风险,医务人员增加了密封膜双耳单独隔离措施,取带耳屏软骨的软骨膜在耳内镜下修补双耳鼓膜穿孔。手术很顺利,术后无出血,无明显痛感,无须包扎,无感染,术后3天张女士便痊愈出院了,因耳内镜手术无须剃发,爱美的张女士对这次手术的微创体验特别满意。

芦二永介绍,鼓膜穿孔时间越久损伤越大,一旦发现鼓膜穿孔一定要及时治疗。其中,急性穿孔可观察3个月看能否自行愈合,超过3个月,自行愈合的机会会大大降低,这时就需要到正规医院耳鼻喉科进行鼓膜修补。目前,耳内镜下双耳鼓室成形术已经属于微创手术,术后患者只需在外耳道内塞一根小纱条,术后可以自由活动,不影响正常工作。



(上接第一版)

## 强劲骨骼 要保持健康生活方式

“骨质疏松症是一种可防可治的慢性骨科疾病,可以从保持健康的生活方式、生活习惯中,做到提前预防。”河南省洛阳正骨医院(河南省骨科医院)郑州院区骨质疏松科主任叶进说。

今年的世界骨质疏松日主题是“骨量早筛查,骨折早预防”。近几年,不良生活习惯造成的骨质疏松症出现年轻化趋势。如长期熬夜,大量酗酒,大量抽烟,大量饮用浓茶、咖啡和碳酸饮料;长期“宅家”,缺乏运动;不良饮食习惯,如大量吃肉或不吃肉,维生素D和钙摄入不足的人,都是骨质疏松的高危人群。

“早期的骨质疏松症患者可能没有任何表现。随着骨量进一步减少,骨质疏松症患者会有疼痛表现,主要以腰背部两侧疼痛为主。疼痛的特点是劳累后疼痛加重,休息后疼痛有所缓解,严重者可夜间睡眠疼痛;第二个表现是出现身高缩短,身高较年轻时有明显下降;随着疾病进展,骨骼可能会发生形态学变化,形成驼背。骨质疏松症最严重的危害是骨折,这些骨折常常在没有外力或非常轻微外力情况下发生。”叶进说。

相对于不治疗而言,骨质疏松症任何阶段开始治疗都不晚,但早发现、早诊断可以精准施策,科学治疗,极大地降低骨质疏松患者骨折风险,提高生活质量。骨质疏松高危人群更应当养成良好的生活习惯,提前预防,并且及时到医院进行骨质疏松检测诊断。

## 她的心里装满了患者

本报记者 丁宏伟

“党和国家培养了我,我要把毕生精力和技能奉献给驻马店人民,回报家乡,为广大女性的健康保驾护航,永远做女性患者的知心大姐……”张梅月说。中央文明办发布2021年8月“中国好人榜”。河南省6人入选,其中驻马店市中心医院张梅月荣获2021年8月“敬业

奉献类中国好人”。1984年,一名确山县宫外孕患者来到医院时病情危重,需要急诊手术输血,但是所带费用不够。正在值班的张梅月了解情况后,立即返回家中取出500元现金交给患者,患者手术后转危为安。

2002年冬季,科室收住了

泌阳县一位怀孕8个多月的五胞胎孕妇,张梅月精心制定了预案。入院第3天孕妇突然出现紧急情况,她带领团队为孕妇做了剖宫产手术,母子6人平安,创造了省内五胞胎早产、低体重儿全部成活的新纪录。

2013年4月的一天,一位老汉来到平舆县委宣传部深情地

说:“你们一定要帮帮忙,替俺谢谢驻马店市中心医院的好医生张梅月,俺老两口打心眼里感谢她。”这位老汉姓韩,是平舆县玉皇庙乡人。不久前,68岁的老伴黄某在县里医院查出患有严重的妇科病。在医生的指导下,他和老伴找到了张梅月。根据老人的病情,手术要

花费1万元左右。这对于靠务农为生,儿子已意外离世、家中还有两个孙子在上学韩老汉来说,无疑是天文数字。张梅月得知这些情况后深情地说:“我们帮你想办法,你自己也想办法筹一部分,无论如何,患者的手术一定不能耽误。”听到这些暖心的话语,韩老汉便赶紧回家筹钱。

对待特殊患者,张梅月把个人安危置之度外。在驻马店市,第一个给艾滋病患者和“甲流”患者做主刀手术的医生也是她。她的心里始终装满了患者。