

同样是肥胖,中国人肥胖与西方人区别很大;糖尿病、高血压病等疾病也带有鲜明的特征。其中,环境因素不容忽视。

## 要认清影响国人健康的几个方面

不久前,一场高端健康论坛——健康中原高峰论坛在郑州举办。这场论坛由农工党中央与河南省人民政府主办,国内多位专家学者列席。其中,包括全国人大常委会副委员长、农工党中央主席、中国红十字会会长、中国科学院院士陈竺以及中华医学会副会长兼秘书长饶克勤。

### 中国慢性病井喷,给基层医生和大医院带来挑战

什么叫健康中国?饶克勤认为,无外乎健康国民、健康环境、健康覆盖。健康国民应该有良好的体魄、良好的生活方式、较高的生活素养。健康环境不用多说。健康覆盖包括病有所

防、病有所医,人人享有较高质量的医疗卫生服务、较高水平的健康保障服务。实际上,世界卫生组织对健康的影响因素进行了系统研究,认为“环境因素、生物因素、生活方式和健康服务”是影响健康的四大因素,其中生活方式的影响占主要位置。

在我国,居民当前主要死亡原因是卒中、心血管疾病和肿瘤。我国卒中标准化的死亡率比欧美国家及日本高出几倍;癌症患者数量接近美国、英国、法国等国家,但是高于日本和澳大利亚以及印度、泰国;心脏病患者数量接近美国和英国,明显高于日本、法国、泰国和澳大利亚。

我国公民健康一个明显的趋势是慢性病井喷,已经构成了严重的公共问题。虽然我国人口的平均寿命在延长,但是疾病负担越来越沉重,尤其是在农村。随着医保制度的完善,我国近年来门诊量、住院量都有显著增加。

慢性病导致的失能、残障,使得医疗服务需求更加复杂,对诊断、康复技术的提升以及医疗服务水平和组织管理能力提出了更高要求。当前,有些人对基层医生的水平还不是特别满意。这是因为群众疾病变化很快,基层医生适应不了。

### 中国人的糖尿病、高血压病与饮食习惯有关

那么,慢性病的井喷与我们的生活方式有什么关系?前一段时间,研究小组对影响因素进行了分析,对各种主要疾病的危险因素进行分析后发现,分别包括饮食习惯、吸烟、室外污染、室内污染、空腹血糖等。

实际上,合理预防可以降低40%的疾病风险。《中国居民营养与慢性病状况报告(2015年)》指出,全国18岁及以上成年人超重率为30.1%、肥胖率为11.9%,这两项分别比2002年增加了7.3%和4.8%。

中国人的肥胖跟外国人的

肥胖有明显区别;中国人为中枢肥胖,大肚子;外国人是粗胳膊、粗腿、大屁股。这与饮食结构有关。内源性脂肪实际上是摄入碳水化合物而不消耗,只能依靠机体的胰岛素转化为内源性脂肪。内源性脂肪对心血管的损害比外源性脂肪更大。碳水化合物摄入太多,每天都在增加胰腺的负担。这是我国1型糖尿病患者在过去10年增加5倍的重要原因之一。

高血压病患者在过去10年增加了1倍。高血压病患者增加的原因,主要是中国人吃得太咸。以前,人们摄入的盐可以通过劳动出汗排掉。现在,还有多少人在出汗呢?实现农业现代化以来,农村的苦活儿重活儿也很少见了,但是人们的口味还是那么重,盐还是放那么多。

### 环境因素对健康的影响,中国比世界多4%

世界卫生组织研究发现,在全世界,环境因素对人类健康的

影响占17%,在我国却达到21%,比世界平均水平多4%。我国经济发展粗放、生态环境恶化趋势尚未得到根本扭转,对城乡居民的影响仍然在持续发酵。

实际上,在我国,生态破坏、环境污染对国民健康已经造成了一些影响。比如,3亿人的饮用水不安全。全国土壤污染总的超标率达到16.1%。有些地区因遭受严重污染,导致种植的粮食和蔬菜不能食用。自2013年以来,大范围持续的雾霾,使6亿多人受到了影响。再者就是燃煤。在北方地区,燃煤的污染对人们的生活和健康产生了较大影响。

《中国循环杂志》上的一份研究结果显示,2013年,中国74个主要城市近32%的人群死亡与PM2.5(细颗粒物)污染相关,PM2.5对健康的危害甚至比吸烟更大。在心血管疾病、癌症和呼吸系统疾病死亡人群中,与PM2.5污染相关的死亡人数分别占35.3%、46.0%和15.7%。

(本报记者张晓华整理)

## 阴茎假体植入术可治疗阳痿

近日,郑州大学第一附属医院泌尿外科主任医师王瑞为一名勃起功能障碍患者安装了一个阴茎假体三件套。由于手术不损伤患者的阴茎背神经,所以手术后,患者在性交过程中同样可以射精并达到性高潮,也不影响生育及排尿功能。手术后,阴茎外观与原来没有什么差异。

据王瑞介绍,阴茎假体三件套的主要原理是临床通过泌尿外科手术,经阴茎阴囊交界处切口、耻骨上正中切口或耻骨下横切口等手术入路,将两根可充液的圆柱体分别植入患者阴茎海绵体内,将液囊放置在耻骨联合后间隙,将液囊泵放置在阴囊内,模拟阴茎的勃起和疲软过程,使患者重新获得性能力。阴茎假体通过圆柱体的充水增压达到支撑阴茎勃起的目的,其充水的过程由液囊泵控制。液囊泵由液囊泵、控制按钮、压力止回阀、吸入阀和吸入腔组成。性交前,挤压阴囊内液囊泵中的液囊三五次,在压力的作用下,压力止回阀被打开,而吸入阀关闭,液体便从液囊经压力止回阀进入圆柱体,阴茎即可增粗变硬而勃起,使患者圆满地完成性交。性交结束后,按压液囊泵中的控制按钮,压力止回阀和吸入阀会同时打开,圆柱体内的液体在负压作用下回流到液囊,阴茎即可恢复疲软状态。

阴茎假体三件套植入术适合25~65岁的严重勃起功能障碍患者,治疗方法简单,使用方便,疲软时有自然的外观,房事时快感不受影响,房事时间可以延长,性伴侣满意度较高;由于严重勃起功能障碍造成不育者,术后会提高生育能力;隐秘性极佳(即使做全身体检也不易被察觉),所用材料对人体没有副作用。特别是随着支撑体性能和植入技术的不断改善,其远期疗效远远高于针对阴茎血管的手术,并使其临床应用逐渐萎缩。美国每年有2万多名勃起功能障碍患者通过阴茎假体植入术恢复性生活。

目前,在治疗重度勃起功能障碍的方面,阴茎假体植入术效果最佳。(冯金灿)



## 成年人早期肾脏恶性肿瘤 可治不可怕

体检时发现左肾下极长了一个直径3厘米的实性肿块,内心纠结了两个月后,42岁的吉先生决定面对现实,走进了开封市中心医院泌尿外科门诊。

开封市中心医院泌尿外科主任医师、医学博士任选义告诉吉先生,肾脏肿瘤并不可怕,尤其是在体检时发现的肿瘤,大多是在早期,预后很好。微创手术切除肿瘤以后,可以保留肾脏并且长期无瘤生存。吉先生接受腹腔镜下保留肾单位手术后,伤口长度不足3厘米,很快痊愈出院。

任选义从事泌尿外科工作20年,是开封市卫生技术类学科带头人、硕士研究生导师。他认为,在成年人恶性肿瘤中,肾脏肿瘤约占3%,其中约有90%为恶性肿瘤,良性的很少见。肾脏肿瘤分为4期,早期肾脏肿瘤瘤体直径小于7厘米。统计结果显示,近年来,50%以上的肾脏肿瘤为体检时发现的偶发肿瘤,其特点是肿瘤体积较小,大多数在直径4厘米以下,临床分期为T1a期(核级2级)。这种早期肾脏肿瘤的恶性程度较低,没有淋巴结或远处转移,可以实施肿瘤剔除手术,保留正常肾单位组织,避免肾脏丢失。

情类似、同期接受根治性肾脏切除手术的患者,区别是接受保肾手术患者的并发症更少、肾脏功能更好、生活质量更高。

当前,泌尿外科步入了微创手术和精准治疗时代,大部分疾病可以通过内镜手术治疗。以肾脏肿瘤为例,以前需要在患者腰腹部切一个15~20厘米长的口子,才能切除肾脏或者剔除肿瘤。由于离断了很多腰腹部肌肉血管和神经,创伤大,术后早期疼痛明显,后期皮肤麻木、肌肉松弛,甚至膨隆成疝,给患者带来很大痛苦。

因此,对于成年人而言,患了肾脏肿瘤并不可怕,微创手术可以切除肿瘤并保留肾脏功能,其关键是增强体检意识,早期发现,以便在最佳时机实施精准治疗,实现长期生存。(李季)

### 基层技术

## 3D打印技术应用用于复杂关节内骨折手术



刘攀/供图

近日,济源市人民医院骨科首次将3D打印技术应用用于复杂关节内骨折手术,为一名患者成功实施了手术。

李某,47岁,因外伤导致左胫骨平台粉碎性骨折,内外侧

关节面塌陷,需要进行手术治疗。面对难度系数较大的手术,济源市人民医院骨科决定借助国际上先进的3D打印技术来辅助手术治疗,以缩短手术时间,降低手术风险。

济源市人民医院骨科二科医生将患者膝部CT扫描数据转换为STL文件格式(在计算机图形应用系统中,用于表示三角形网格的一种文件格式),传输至专用打印机,按照1:1的比例打印出完全相同的模型,根据模型确定了手术方案,并进行了术前模拟复位、固定,预演整个手术过程,提前解决术中可能出现的问题。借助3D打印技术,手术顺利完成,且取得了良好的效果。

3D打印技术应用于骨科创伤手术,可以预演手术过程中可能出现的情况,术中遗留骨缺损区域,提前设计内固定器或个性化假体的参数、内固定物螺钉定位等,从而做好充分的术前准备,尤其在复杂四肢关节内骨折中,3D打印技术对骨折分型及手术复位演练具有重要意义,可以缩短手术时间,减少并发症,提高疗效。(王正勋 侯林峰 刘攀)

## 热血送暖 生命接力 ——中牟县卫生计生委组织开展无偿献血活动

通讯员 金丽文/图



核对表格



无偿献血

1月18日上午,中牟县卫生计生委组织机关及全县医疗卫生计生系统的职工,在中牟县公共卫生服务中心院内,开展无偿献血活动。

从当天8时开始,前来无偿献血的人员就络绎不绝。在现场,中牟县卫生计生委副主任张富德及卫生计生委所属各医院院长、副院长等带头献血,各科室干部职工积极参与。

在此次无偿献血的医务人员中,很多人都是多次参加无偿献血活动。中牟县卫生计生委副主任张富德及卫生计生委所属各医院院长、副院长等带头献血,各科室干部职工积极参与。

无偿献血是爱的传递,是救死扶伤、爱心奉献的崇高行为,是“人道、奉献、博爱”红十字精神的体现,是精神文明建设的重要内容,更是每个健康适龄公民应尽的义务。本次献血活动共有247人参加,献血总量达到9.4万毫升。

### 图说

## 识别与诊治 子宫内膜异位症

这是一种子宫内膜组织出现在子宫体以外,引起盆腔粘连、疼痛、不孕等表现的疾病,发病率约为10%。治疗目的是缩减和去除病灶,减轻和控制疼痛,恢复生育能力,预防和减少复发。

### 及时识别

#### 常见症状



#### 风险因素



### 一般疗法

#### 防止经血逆流,降低发病风险

及时发现并治疗生殖道畸形、宫颈粘连等疾病 尽量避免多次进行宫腔手术操作

#### 自我护理



若症状加重或无改善,建议及时前往医院就医

#### 去医院前做好如下准备,有助于医生快速了解病情:

- 出现了哪些症状,及其持续时间
- 症状的持续时间,有无加重
- 正在服用哪些药物
- 上次月经是什么时候,情况如何
- 是否有子宫内膜异位症家族史
- 是否有妊娠意愿

史素霞/制图

## 征稿

科室里开展的新技术,临床中积累的心得体会,治疗上取得的新进展,对某种疾病的治疗思路…… 欢迎您来稿发送至757206553@qq.com,与广大医务工作者共享。