

咳嗽、咳血两周以上要及时筛查肺结核

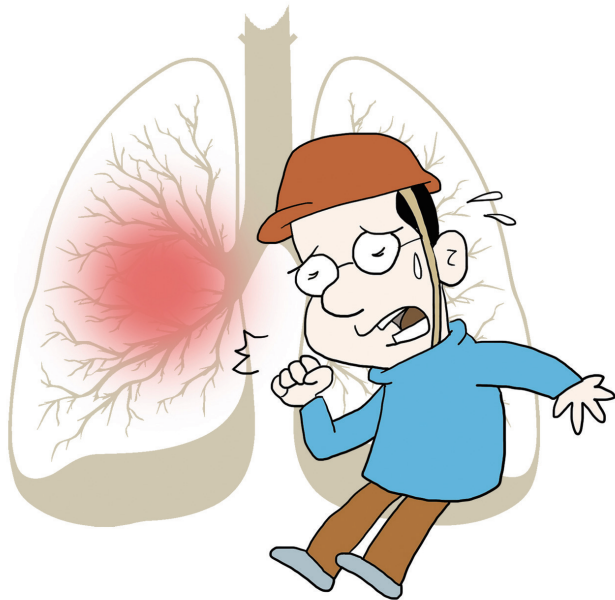
肺结核可防可治 我们的目标是终结它

3月24日是世界防治结核病日,今年我国的宣传主题是“终结结核流行,自由健康呼吸”,寓意是,影响我们肺部健康、阻碍你我自由呼吸的传染病,不止有新冠肺炎,还有肺结核。

结核病是一种由结核分枝杆菌引起的常见的慢性传染病。除了头发和指甲外,身体任何其他部位,如淋巴结、骨骼、关节、皮肤等都可以被结核分枝杆菌侵犯,但最常侵犯的部位是肺部,称为肺结核。

过去的一年,抗击新冠肺炎疫情取得了重大成效。对于肺结核,我们还需加倍努力,才能尽早迎来终结结核流行、自由健康呼吸的那一天。

疾控专家提醒,患有肺结核,一定要早治疗,否则不仅会影响自身健康和生命,还可能传染给身边的人。



我市肺结核发病率逐年下降

记者从台州市疾控中心了解到,我市肺结核防治工作经过十多年的努力,疫情呈逐年下降趋势,至2020年已经下降到41.45/10万,每10万人中发病数比2019年减少3.14人,距离浙江省遏制结核病行动计划(到2022年把发病率下降到40/10万以下)又接近了一步。

近年来,为有效控制结核病疫情,降低肺结核发病率,提高结核病患者治愈率,我市结核病防治体系建设

给耐药肺结核患者解决后顾之忧

结核分枝杆菌是一种很容易产生耐药的细菌,所以治疗时需要多种药物联合使用,患者要在结核病专科医生指导下规范用药,疗程一般为6-8个月。

大部分患者治疗2-3周后,症状就会缓解或消失,有些患者以为没事了,擅自停药,等症状再次加重后重新用药。这种间断性用药,最大的危害是造成耐药。

我市从2013年年底开始实施耐多药结核病防治项目,在2014年,从耐药高危人群中筛查出27个耐药肺结核患者。

自2017年起,我市逐步推行利用分子生物学检测技术筛查耐药患者,至今筛查范围已扩大到所有肺结核患者,出报告单的时间从两个多月缩短至一周内甚至一天,大大提高了检出效率。

据统计,2020年,全市确诊耐药肺结核患者49人。2014年至今,累计登记管理的耐药肺结核患者已有370多人。

这些数字看起来很小,但每个从事结核病防治工作

耐药肺结核治疗时间有望缩短一半

肺结核患者服药期间会出现副作用,有的人副反应大,难以坚持,中断治疗的患者中不少人都面临这个问题。

常玥提醒,肺结核只有坚持用药、治疗满疗程,才能达到治愈效果。治疗期间可能会出现恶心、呕吐、食欲下降、皮肤瘙痒等情况,如果副反应严重可在结核病专科医生指导下调整治疗方案。

咳嗽、咳血两周以上要及时筛查

肺结核的典型症状是咳嗽咳,如果发生咳嗽、咳痰两周以上,或有咯血等症状,就要及时到医院接受痰检和胸片等检查,以明确诊断,及时治疗。

肺结核是一种历史悠久的传染病,据世卫组织估计,世界人口中每4个人里就有1人感染结核分枝杆菌,

不断完善,建立了由疾控机构规划管理、医疗机构报告转诊、定点医院诊治、社区医疗机构随访管理的“三位一体”综合防治服务模式,完善了结核病发现、治疗、管理的无缝衔接机制。

市疾控中心重点疾病防制科科长常玥介绍,近几年,我市平均每年新发确诊肺结核病患者有2000多例,9成多患者经规范治疗后均可恢复健康。

的人都知道,要想终结肺结核,最难的就是对耐药肺结核患者的管理。

常玥说,耐药肺结核的治疗周期延长至20-24个月,对于患者的身体健康和经济能力都是巨大考验。而且,耐药肺结核患者还是慢性传染源,健康人一旦被他们传染,直接就是耐药肺结核。

如果耐药肺结核患者规范治疗,整个疗程下来治疗费用保守估计需要10多万元,有些患者迫于经济压力,中断治疗。为了减轻患者经济负担,从2017年起,我市把耐药肺结核病和普通肺结核病划入特殊病种,参保患者在门诊治疗也可享受住院治疗同等报销待遇,报销比例达70%以上,且不设起付线。临海、温岭、天台等6个县市为耐药肺结核患者设立了当地财政专项补助经费,患者经过医保报销后,自费部分还可享受一定补助。这些举措大大减轻患者诊疗负担,提高了患者治疗的依从性。

这些年,治疗手段在不断进步,普通肺结核的治愈率已经达到90%以上,耐药肺结核的治愈率也在逐步提高。关于肺结核诊疗的最新进展是,耐药肺结核的治疗疗程可缩短至18-20个月,符合一定条件的患者甚至可缩短至9-11个月。这就意味着,耐药肺结核患者如果能坚持规范治疗,幸运者只需要原来的一半时间就能恢复健康。

当人体免疫力低下时,就可能发病。

健康的生活方式是增强免疫力的最好方法,如果感觉近期免疫力下降,要及时调整,出现长时间咳嗽后注意筛查肺结核。

记者 林樱 通讯员 许圆圆/文 陈静/图

体重增加又爱喝酒, 小心脂肪肝!

台州市中心医院肝胆胰脾血管外科
主任医师金冲/讲述 潘敏超/整理

3月18日是全国爱肝日。2000年前后,我国乙肝、丙肝、脂肪肝等肝病发病率逐年上升,全国爱肝日就是在这样的背景下设立的。近年来,脂肪肝发病率不断升高,且发病年龄日趋年轻化,已超过病毒性肝炎成为我国第一大肝病。那么如何预防脂肪肝呢?

脂肪肝是指由于各种原因引起的肝细胞内脂肪堆积过多的病变,是一种常见的肝脏病理改变。一般可分为酒精性脂肪肝和非酒精性脂肪肝两大类。如果肝内脂肪蓄积超过肝重量的5%或是肝细胞50%以上有脂肪变性时,就可以称为脂肪肝。

引起脂肪肝的常见病因有很多。其中酗酒、肥胖、糖尿病引起的脂肪肝较为多见。其他病因包括快速减肥、营养不良、服用某些药物、妊娠、遗传以及某些其他疾病引起。多数的脂肪肝患者是没有症状的,特别是早期,仅仅可能会有劳累、食欲增加、喜爱油腻食物等表现,容易被忽略。但脂肪肝和病毒性肝炎一样,发展下去容易导致肝纤维化、肝硬化,甚至是肝功能衰竭和肝癌,也容易形成动脉粥样硬化,增加冠心病和中风的发病风险。可以说是非常可怕的“健康杀手”。

也许大家会觉得这个病都是中老年人人才会得,其实不然,现在年轻人患脂肪肝的情况也越来越多。我在门诊中见过20多岁的年轻脂肪肝患者,其体重接近200斤,平日里熬夜,爱吃油腻食物、喝碳酸饮料,不吃早饭;也见过30岁不到的酒精性脂肪肝患者,经常在夜宵摊上吃烧烤、喝酒。

我相信这是现在许多年轻人的日常生活写照。其实,改变不良生活方式是预防脂肪肝最重要最有效的措施。建议大家合理饮食,做到粗细搭配,营养均衡,控制脂肪摄入。同时要少喝酒,酒精对肝损害很大。另外可以加强运动,每周规律运动,避免久坐少动。体重和腰围的减少,是预防和治疗脂肪肝最为有效的手段。

一般而言,脂肪肝属可逆性疾病,早期诊断并及时治疗有机会恢复正常。若发现自己有脂肪肝的相关症状,可及时到医院检查。特别是体重较重人群,最好定期进行体检。



环境对健康的影响

环境与健康息息相关,保护环境,促进健康。

解读:

人类所患的许多疾病都与环境污染有很大的关系。无节制地消耗资源和污染环境是造成环境恶化的根源。每个人都有爱护环境卫生,保护环境不受污染的责任。

要遵守保护环境的法律法规,遵守讲求卫生的社会公德,自觉养成节约资源、不污染环境的良好习惯,努力营造清洁、舒适、安静、优美的环境,保护和促进人类健康。

通讯员 谢文军

