

健康关注

卵巢组织冻存：珍藏女性生育的希望

——首部《卵巢组织冻存移植技术规范》团体标准发布

中国妇女报全媒体见习记者 景韵润

“根据世界卫生组织癌症机构的数据,中国每年新发恶性肿瘤超过480万例,随着医疗技术的发展,很多患者的5年存活率高达90%以上,超过70%的患者有生育需求。”北京妇产医院内分泌科主任阮祥燕告诉中国妇女报全媒体记者。但放疗、化疗在提高患者存活率的同时也严重损伤了女性卵巢的卵细胞,导致患者丧失生育能力与卵巢功能早衰。“保守估计,这样的人群每年超过100万。”

5月30日,《卵巢组织冻存移植技术规范》团体标准(以下简称团体标准)发布会在北京举行,该团体标准由首都医科大学附属北京妇产医院、中国人体健康科技促进会生育力保护与保存专业委员会共同起草,在历经一年多的多学科专家研讨、论证、完善后,于近日正式发布,属国际首次制定。“以期为更多有需求的女性患者提供准确、有效的相关信息,实现她们生育力保护的愿望。”北京妇产医院党委副书记、院长阴赓宏教授表示。

保护女性生育力和卵巢内分泌功能迫在眉睫

“我曾遇到过一个年轻的乳腺癌患者,经过治疗实现了临床治愈,但是在后期随访中,却发现她的精神状态不好,有自杀倾向。原来是肿瘤治疗导致的永久生育能力丧失,给她的家庭生活带来了不可挽回的伤害。”中国医学科学院肿瘤医院内科治疗中心主任马飞告诉记者,这件事给了他很大的触动。“约有60%以上的乳腺癌患者为绝经前女性。在中国,乳腺癌发病高峰整体要比欧美国家早10~15年,有的患者才20岁左右,所以我们有的是很多的年轻乳腺癌患者不仅需要治愈乳腺癌,还渴望保护生育力。”马飞说。

“年轻的癌症患者一旦确诊,既要保命,也要保护生育力,应咨询生育力保护方法,提高治愈后的生活质量。”阮祥燕表示,卵巢组织冻存技术既保护生育力,又保护卵巢的内分泌功能,是唯一不会延误患者后续治疗的生育力保护方法。

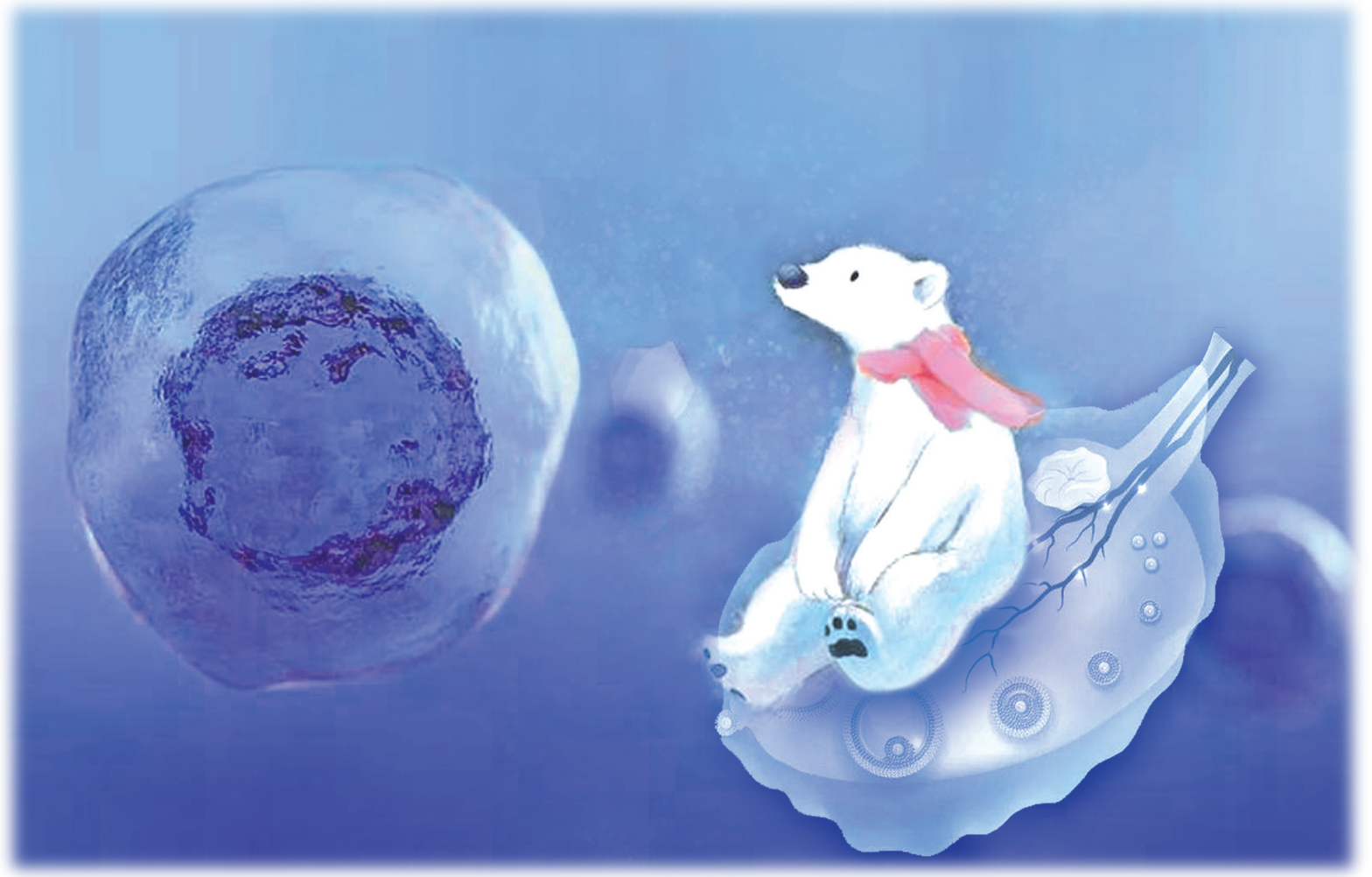
阮祥燕指出,对于无生育需求的女性,也可以选择卵巢组织冻存,以保护自身卵巢内分泌功能,改善和提高生活质量,减少各种早绝经相关慢性病的发生。对于女童而言也是如此。“女童的生育力保护问题长期受到关注,也是近几年的研究热点。放化疗等治疗手段会对患儿的各个身体系统造成损伤,尤其是女童的生育系统。”首都儿科研究所附属儿童医院血液内科主任刘嵘指出。

“在患儿进舱前,我们会为其进行生殖系统功能评估,移植以后的3个月、6个月、9个月、12个月,再为患儿进行性激素水平监测。”刘嵘发现,有不少女童卵泡刺激素水平升高、抗缪勒氏管激素(AMH)水平明显下降,已经进入了卵巢功能早衰的状态。“可想而知,提前进入老年期的她未来的生活质量将是怎样的,很多老年病都会提前发生。”“女童在成年以后,再移植儿童期的卵巢,也能正常发育。”阮祥燕表示,青春前期进行卵巢组织冻存,待青春期后进行移植,采用此法,全球已有10多例活产。如果将青春前期的卵巢组织移植到持续原发性闭经的女孩体内,可成功诱导青春期发育。

团体标准规范了适应证,适用五类患者

2012年,阮祥燕在北京妇产医院创建中国首个卵巢组织冻存库,2016年成功完成中国首例冻存卵巢组织移植手术,随后,她进行了中国前10例冻存卵巢组织移植,成功率100%。

2020年,阮祥燕带领团队实现了中国冻存卵巢组织移植后首例成功自然妊娠,2021年8月31日,中国冻存卵巢组织移植后首例健康男婴诞生。



“然而,目前国内尚无卵巢组织冻存移植技术操作的规范化标准,亟须制定团体标准。”阮祥燕指出,为促进该项技术在全国范围内的规范化开展,北京妇产医院和中国人体健康科技促进会共同制定了团体标准。

团体标准指出,卵巢组织冻存患者应符合以下要求:一是年龄≤35岁,且卵巢储备功能较好;也可以根据卵巢储备情况和个人意愿适当放宽年龄限制;对于青春前期女童,可不限定年龄下限。二是原发病预后较好。三是由原发病及其治疗导致的早发性卵巢功能不全发生风险高。四是能够耐受腹腔镜或开腹卵巢组织取材手术。五是距放化疗开始至少3天。

据了解,卵巢组织冻存移植技术的适应证主要包括两类,一类是需化疗、放疗或骨髓移植的恶性疾病,如血液系统疾病、乳腺癌、宫颈癌、子宫内膜癌、结直肠癌、盆腔肿瘤等。另一类是非恶性疾病患者,包括需放疗、化疗或骨髓移植的自身免疫性疾病、血液疾病等系统性疾病,还包括患卵巢疾病,如交界性卵巢肿瘤、巧克力囊肿等患者,以及早发性卵巢功能不全高危人群和尚存卵巢功能的Tumer综合征(一般指先天性卵巢发育不全)患者。

“目前,卵巢组织冻存相关项目的收费与一个周期试管婴儿的收费差不多。”阮祥燕介绍,2021年9月,国家正式批准了卵巢组织冻存收费项目,卵巢组织移植后一般需要2~4个月恢复卵巢功能,包括卵泡刺激素水平下降、E2水平上升。移植后的卵巢功能取决于卵巢组织中的卵泡数量和卵巢冻存时的年龄,分批次移植后,患者卵巢功能可维持10年、20年,甚至30年。

进一步在全国推广,造福更多女性患者

“该团体标准具有很强的实用性和可操作性,在通过审核、批准发布之后,由首都医科大学附属北京妇产医院和中国人体健康科技促进会协商推动团体标准的宣传和培训工作。”作为团体标准通讯作者,阮祥燕表示,团体标准将为全国卵巢组织冻存移植技术操作规范提供重要的参考依据,为推动妇幼事业健康发展做出更大的贡献。

在今年全国两会上,阮祥燕提交了《关于在北京建立中国首个卵巢组织冻存移植为核心的国家级生育力保护中心的建议》,她建议,在北京妇产医院建立中国首个以卵巢组织冻存移植

为核心的国家级生育力保护中心、国家级卵巢组织冻存库,建立全国生育力保护网、生育力保护研究平台、生育力保护监测和管理平台,并搭建多学科合作诊疗平台,为患者提供咨询—手术—转运—冻存—移植—妊娠—分娩—产后的全周期管理。同时,建立卵巢组织全国各地远程低温转运免X光检测快捷通道,需要航空和铁路等部门帮助协调。

“还要加强多学科合作与教育,提升跨学科医生对卵巢功能和生育能力的认识与重视。加强科普宣传,增进患者对该技术的了解,实现主动健康。”阮祥燕指出,对于需要放化疗的患者,医生应在治疗前履行告知义务,让患者提前获知该治疗可能对卵巢功能与生育力造成影响,并建议其咨询生育力保护专家。

“为了更好地在国内推广卵巢组织冻存移植技术,我们希望卫健委等部门制定或增加医疗告知规范。加强行业监管,在促进先进医疗技术与推广的同时,参考已经发布的卵巢组织冻存共识、指南与团体标准,重视技术应用的规范。”同时,阮祥燕期待能推动因疾病治疗需要卵巢组织冻存移植的相关项目及手术逐渐纳入国家医保。

卵巢组织冻存移植技术帮助卵巢功能早衰女性实现“妈妈梦”

卵巢是女性特有的器官,它不仅肩负生殖功能,而且肩负着女性最重要的内分泌功能。目前,越来越多的良恶性疾病以及生活方式都会影响到卵巢,导致卵巢功能早衰。

卵巢功能早衰的具体表现为月经稀发、月经紊乱甚至闭经,更年期综合征、骨质疏松、焦虑抑郁、甲状腺和肾上腺功能异常、不孕或者复发性流产和各种慢性疾病可能提早到来。

伤害卵巢的因素有过度节食、经常熬夜、压力过大、经常抽烟喝酒、肥胖。除了上述生活方式的影响外,导致卵巢功能早衰的原因还包括自身免疫性疾病、炎症、病毒感染、放化疗等因素。

卵巢组织冻存移植技术是通过腹腔镜手术切下患者一半卵巢,

剔除掉卵巢中间的髓质、血管,保留外面一层含有95%卵泡的皮质,再把这些皮质打磨成长8毫米、宽4毫米、厚1毫米的规则长方形,将这些卵巢组织以-198℃液态冻存,需要时复温移植回患者体内。

成人卵巢组织取材,一般取患者一侧卵巢的一半,或者是双侧卵巢各一半,从而保证患者后续身体治疗状况。

国际上有冻存20年的卵巢组织复苏之后,卵泡活性几乎没有受到影响的案例。我国从2015年开始应用这项技术,数年间,不仅有移植后成功孕育的案例,而且目前接受冻存患者年龄最小的只有1岁3个月。目前全世界通过卵巢组织冻存移植这项技术,已经成功孕育出200多个健康的孩子。

防病鲜知道

患有糖尿病更易得肩周炎

糖尿病是一种以高血糖为特征的代谢性疾病,长期存在的高血糖,可导致许多组织和器官的病变和损害。近期,英国基尔大学研究小组在《英国医学杂志》发表的一项研究表明,糖尿病可增加肩周炎(五十肩)的风险。

研究小组利用计算机技术,检索相关文献数据库,提取6项病例对照研究和2项队列研究进行系统回顾和荟萃分析。其中5项病例对照研究结果显示,与非糖尿病患者相比,糖尿病患者的肩周炎发病风险增加3.69倍。2项队列研究结果显示,糖尿病与肩周炎发病有关,风险分别增加1.32倍和1.67倍。

研究人员表示,由于糖尿病患者发生肩周炎的可能性较大,因此,糖尿病患者应根据有无肩部疼痛等感觉,及时进行检查和诊断,并进行相关干预和治疗,以缓解疼痛和维持关节功能。

(夏普)

母乳喂养有助于降低儿童超重肥胖风险

近期,日本庆应义塾大学、筑波大学和东京大学的研究小组在日本《流行病学杂志》发表的一项研究显示,母乳喂养有助于降低儿童时期的肥胖风险。

研究小组以日本1县87个社区的4592名儿童为对象,在3岁时,向父母发放有关其子女健康与生活方式的调查问卷,在子女6岁、12岁和22岁时,分发后续问卷进行调查,并根据喂养方式(母乳喂养、配方奶喂养和混合喂养)比较与体重的关系。

结果表明,母乳喂养与配方奶喂养比较,男童超重比例为6.3%对9.3%,女童超重比例为10.4%对13.6%。进行多因素调整后发现,平均体重和超重患病率,母乳喂养均低于配方奶喂养儿童。

研究人员表示,母乳喂养可防止儿童超重,对孩子今后的健康会有好处。

(宁蔚夏)

社会交往可防痴呆症还可以延长寿命

发表在最近出版的《阿尔茨海默病与痴呆症》杂志上的一项研究称,每月或每周与家人和朋友频繁互动,有倾诉对象可以降低患痴呆症的风险。与他人一起生活和参加社区活动也可以降低死亡风险。

澳大利亚悉尼新南威尔士大学的研究人员研究了老年人的社会关系与轻度认知障碍(MCI)、痴呆和死亡风险之间的联系。他们汇集了13项国际研究的结果,这些研究对65岁及以上的老年人进行了长期跟踪调查。

许多其他研究已经表明,不良的社会关系与不良的生活方式和健康状况有关。比如,亲密的关系具有压力缓冲作用,因为向这些人吐露心声会得到他们的支持,进而减缓压力,而控制压力对大脑和整体健康都很重要。

研究人员建议,试着每个月至少与朋友和家人见面一次,参加社区活动,如志愿服务。当感到压力时向某人敞开心扉。人们应该优先考虑社会关系,以降低认知能力下降的风险,延长寿命。

(方草)

季节防病

尿酸高喝苏打水? 痛风是男人的专利,女性不会尿酸高?

夏季大排档,这样喝谨防尿酸高

东颖

进入夏季,又到了啤酒、烧烤、大排档的季节,很多人最热衷的就是左手一把串,右手一瓶酒,解暑降温,人畅快。但是这么大吃大喝之后,一些人会出现脚疼、关节疼的问题,很明显是尿酸高导致的。于是人们有了一些口口相传的饭桌经验:“啤酒不行,喝白酒、红酒没事”“实在不行喝饮料吧,最安全”“女性不会尿酸高的,男女体质不一样”……

真的是这样吗?首都医科大学附属北京友谊医院风湿内科副主任医师周航介绍,尿酸高是吃喝不节制导致的,只要存在风险因素,男女都不可避免。

那么夏日里喝啥饮品能避免尿酸升高?周航指出了人们常见的一些误区。

尿酸高喝苏打水降一降?
苏打水是很多尿酸高的人特别推崇的饮品,因为门诊医生有时候会给一部分患者开碳酸氢

钠片,为的是碱化尿液,促进尿酸的排泄。所以很多患者就觉得,碱性物质是对自己有益的,与其吃药,那不如平时多喝苏打水好了。

“这些患者的做法并不正确。”周航解释,苏打水里面的碳酸氢钠含量是微乎其微的,根本就达不到碱化尿液的作用。而有一些碳酸氢钠水会为了追求口感,增加大量的钠和糖,反而会增加痛风风险。所以痛风和高尿酸患者饮用苏打水一定要慎重。而且,当尿的酸碱度大于6.2的时候,是不需要碱化尿液的,并不是所有的痛风患者都需要服用碱化尿液的碳酸氢钠片。

喝啤酒升尿酸,喝红酒、白酒没事儿?
夏季烧烤的绝配是酒,按民间的说法,偶尔喝一点问题不大;啤酒不行,其他酒都可以。

“其实所有酒类都不可以。”周航说,因为无论是红酒、黄酒、啤酒还是白酒,都含有乙醇。乙醇可以促进人体内的嘌呤生成尿酸,又能阻止尿酸排出体外,这两点综合作用就会导致尿酸在我们体内蓄积,严重的时候就会诱发痛风。所以尿

酸高的人,就不要贪图一时痛快而喝酒了。

酒不能喝,碳酸饮料总可以吧?
“我尿酸高,不能喝酒了,来听可乐吧。”饭桌上我们经常听到这样的话,用饮料来代替酒,是不是就安全了呢?

“碳酸饮料为了追求口感,会加入大量的单糖。单糖同样会引发人体尿酸排泄的障碍,另外摄入多了甚至会引起血管的损伤,所以不建议大家过多饮用碳酸饮料。”

酒、饮料都不行,那尿酸高的人还能喝啥?
说完这么多不能喝的,那我们看看尿酸高的朋友能喝什么?“咖啡、茶是可以喝的,但是浓度不能太高,要喝淡咖啡、淡茶。”周航尤其建议大家多喝奶,奶是无嘌呤的优质蛋白,如果有条件的话,大量的脱脂奶能帮助我们身体变得更健康。同时,水是最好的饮品,推荐痛风患者每天的饮水量要大于2000毫升。

痛风是男人的专利,女性不会尿酸高?
“女性也会得痛风,当然女性患痛风的概率

比男性低很多。但是要注意的是,女性多在更年期以后发病。”周航说,因为女性很少会酗酒,吃过多的肉和食物,所以高嘌呤的摄入相对较少,但是要注意每年体检的尿酸指数。

女性体内的雌激素能够促进尿酸的排泄,具有抑制关节炎发作的作用。因此女性痛风患者发病年龄较晚,主要见于绝经后,当女性体内雌激素水平降低,发病率显著上升。女性患有痛风以后,也要节制饮食,避免高嘌呤食物的摄入,要严格戒酒,多饮水促进尿酸排泄,肥胖者要控制和减轻体重。

同时,可以通过饮食和补充来调节雌激素失衡。普通食物包括黄豆等豆类,有很好的平衡雌激素的作用。

此外,富含硒和锌的食物也具有平衡雌激素的特殊功效,如牡蛎、青花鱼、鳗鱼、海带、芝麻、胡桃等都富含硒和锌。此外女性不要让自己压力过大,重担也会严重影响激素分泌,导致激素不平衡,痛风的发病率增加。

