

医药科技五大突破 女性成为第一受益者

女性作为人才结构中的重要资源，是推进经济发展和 社会进步的重要力量。女性的一生承担着职业女性、女儿、妻子、妈妈等多重角色，她们的健康关乎整个家庭乃至社会的和睦与发展。我们欣喜地看到，如今医疗科技发展可谓日新月异，新的思维与创新研究引发医药健康领域科技的革命，更多的医药和医疗设备、健康产品被发明、被生产，创新药械加速获批、创新技术不断涌现。这一切提升了人民群众的幸福感和满意度，而女性群体正是医药科技进步的第一受益者。如今，女性生育力保护的重要性逐渐得到广泛关注，全社会更加关注女性健康及未来发展，提供完善的女性全生命周期健康服务，解决女性群体面临的实际困境。同时我们也清楚地认识到，新时期女性健康事业面临新环境、新期待、新需求、新挑战，医药科技发展可以为此注入更多的倾注与活力，提升女性健康水平，将为创造家庭美好生活提供基础保障。



■ 闻唱

在与各种疾病的漫长对抗中，人们往往寄希望于能够找到那个最简单的办法“克敌制胜”，于是民间经常会流传一些“妙招”，正所谓“一物降一物”。很多人也对此深信不疑。在此，我们列举了近一两年来流传甚广的有关某某元素是降服某病的“最佳搭档”的说法，看看哪个真？哪个假？哪个又是你正在执行的“治疗方案”？经过辨析，也许你会对这些说法建立新的认知。

补硒有助清除HPV？这个办法不靠谱

随着HPV(人乳头瘤病毒)和宫颈癌筛查知识的普及，很多女性因为HPV感染很是惶恐，四处寻找能够清除病毒的方法。比如“补硒产品有助于清除HPV”的说法近来就在民间很火。

近日，复旦大学附属妇产科医院黄武、陈丽梅两位专家分析指出，硒元素虽然有助于维护机体免疫状态及抗氧化状态，但将补硒视为清除HPV的直接手段是不科学的，不当的补充甚至会产生副作用。

硒(Se)是一种重要的天然无机微量元素，可以通过调节细胞免疫、体液免疫来提高机体的免疫功能；硒编码合成的谷胱甘肽过氧化物具有抗氧化能力。因此，从理论上讲，补硒可以抑制病毒复制、缓解病毒感染性疾病的病情。有研究表明，补硒可能在HIV(艾滋病病毒)感染的早期阶段抑制氧化应激，从而降低病毒转录速度。但当涉及特定的HPV病毒感染时，目前尚无充分的科学证据表明补硒可以直接清除HPV或预防由HPV引起的宫颈病变。

另外，硒不需要特别补充，一般的正常饮食是不会有缺硒元素的，除非是生活在缺硒地区，饮食主要依赖当地农产品的人，或者有胃肠吸收障碍等慢性疾病者。长期额外补充硒元素，可能会导致硒中毒，症状包括胃肠不适、头发和指甲的损伤，还可能与糖尿病及肿瘤相关，严重时甚至可能导致神经系统问题。因此，即便是缺硒人群，也应在医生指导下补充。

靠服用维生素C预防流感，不要太乐观

当前流感病毒肆虐，民间流传着一种说法：多服用维生素C可以预防流感。其实这种说法早在新冠病毒大规模流行期间就一直存在，很多人宁信其有，每天服用维生素C药物制剂的也大有人在。

日前，中国科协作协医学专委会青年学组副组长李津、解放军总医院第四医学中心主任药师刘敏阳通过科学辟谣平台，指出了这种做法不可取的荒谬之处。

维生素C是人体内不可或缺的一种水溶性维生素，它有多种生理功能，除了抗氧化、促进红细胞生成等作用外，充足的维生素C也能提升白细胞的吞噬功能、促进抗体的形成，因此保持良好的维生素C水平对免疫系统有益。

但这并不代表多补充维C就能预防流感。一方面，不缺乏维生素C的人即使多补充也不能进一步提升免疫力；另一方面，维生素C维持的是人体的基础免疫力，并不能提升人体对于流感病毒的特异性免疫作用。

此外，过量补充维C还可能会带来肾结石、高尿酸痛风等健康风险。

Omega-3脂肪酸可以降低血脂，但你吃进去的鱼油也许并不能

如今人们越来越重视自身保健，愿意为此投入更多的金钱和时间，于是Omega-3脂肪酸这种物质首先跃入人们的视线，与之相对应的鱼油就成为许多中老年人用于降血脂、软化血管的必备保健品。

广东省人民医院临床营养师岑俾贤日前发表文章指出，吃鱼油，主要是补充Omega-3脂肪酸，包括DHA和EPA。通常认为，这两种脂肪酸具有抗炎功效。但由于加工过程的损耗，鱼油补剂中有效的EPA、DHA含量其实不多。而且Omega-3脂肪酸稳定性差，市面上鱼油产品良莠不齐，氧化的问题非常普遍。鱼油被氧化后，功效会降低，氧化脂肪对人体有害，可能会促进炎症和动脉硬化化的发生。

实际上，《中国心血管病一级预防指南(2020年)》中倡导大家吃富含Omega-3脂肪酸的鱼类和油脂，并未提及保健食品。所以只要在日常饮食中稍加改变就足够了。比如每周吃1~2次深海鱼和贝类，能基本保证身体对Omega-3脂肪酸的需求；多食用富含Omega-3的核桃、夏威夷果等。

当身体出现血脂高等问题，首先应重视调整饮食，而不是把希望寄托于鱼油补剂。它无法替代药品，并不能真正防治疾病的发生，该吃降脂药时还是得吃。

益生菌真的能控糖？事实也并非如此简单

我国是糖尿病大国，目前20~79岁的糖尿病患者已达1.41亿人，患病率高达10.6%，还有更多的年轻人处于糖尿病前期阶段，走在“转正”的路上。因此对于血糖的管理十分重要。近来流行着一种说法：益生菌可以帮助糖友达到控糖效果。这是真的吗？

中国农业大学食品科学专家范志红教授近期发文，介绍了一项新的研究成果。研究发现，糖尿病患者的肠道菌群和正常人不一样。他们存在明显的肠道菌群结构失调，有害菌的水平明显上升，益生菌的数量明显减少。

肠道细菌和糖尿病的发病虽然没有直接关系，但有害细菌在肠内占优势时，会产生大量的有害物质，为了帮助排毒，肝脏的负担会大大增加，同时也会对胰岛素的分泌产生影响。

另外，益生菌是葡萄糖的消耗大户，当肠道中有大量益生菌存在时，在肠道的上皮细胞上形成一个防护层，阻止葡萄糖被肠道吸收，因此减少血液中的葡萄糖含量。

虽然一些研究结果显示益生菌对血糖的控制能起到一定作用，但作用到底有多大并无结论。范志红教授提醒，并不是所有的益生菌菌株都有降糖的作用，挑选时要看这个菌株有没有临床研究的支持，要选择有助于降糖控糖的专利菌株。另外，益生菌要活着到达肠道才能发挥作用，要选择能耐胃酸、耐胆汁，能活着到达肠道的菌株。

大蒜素能治幽门螺杆菌，多吃大蒜行不行？

近网上有传言称，因为大蒜中含有一种名为大蒜素的物质，能杀死幽门螺杆菌，所以吃大蒜同样可以达到效果。深圳卫健委、河南疾控中心等部门对此的回应是：目前没有证据表明吃大蒜能根除幽门螺杆菌。在胃黏膜受到损伤的情况下，吃太多大蒜还有不利影响。

幽门螺杆菌是胃部一种非常顽固的细菌，具有传染性。我国成人幽门螺杆菌感染率高达50%~60%。有研究表明，在体外，大蒜素对幽门螺杆菌有抑制作用，但这并不能说明通过吃大蒜就可以杀灭幽门螺杆菌，大蒜和大蒜素并不能画等号。

武汉大学人民医院消化内科主任医师周中银表示，幽门螺杆菌是厌氧菌的一种，吃大蒜对这种细菌没有任何作用。原因是：首先，大蒜中并不含有大蒜素，只含有它的前身——蒜氨酸，只有当大蒜被切开或捣碎后，细胞壁遭到破坏，才能激活其中的蒜酶，进而催化蒜氨酸分解产生大蒜素。其次，目前还没有任何一项研究证明大蒜素能完全杀灭幽门螺杆菌，只有少数的报道称，能抑制幽门螺杆菌的活性。如果只吃“大蒜素”而不吃其他药，幽门螺杆菌的数量不会有什么变化。

所以，大蒜素并不能杀死幽门螺杆菌，它只能抑制细菌的活性，并不能彻底清除。目前经典的根除幽门螺杆菌的方案，往往需要多种抗生素的协同使用，建议到医院接受专业治疗。

以及宫颈癌的HPV治疗性疫苗成为当前研究的热点，期待我国治疗性疫苗能早日问世。

后再对患者进行乳房重建，在很大程度上减轻了患者的心理创伤。

《中国出生缺陷防治报告》数据显示，我国每年新增出生缺陷患儿约90万例，胎儿畸形仍是医学面临的重要难题。采取产前诊断与胚胎植入前遗传学检测，可降低出生缺陷，避免因治疗性引产带来的孕妇身心创伤具有重要意义——

降低出生缺陷，生殖遗传研究领域有新突破

自三胎政策推行以来，有相当一部分人是高龄生产，这对因生殖遗传而导致的染色体异常出生缺陷的防控提出重大挑战。近年来，我国在孕产、孕期采取了一系列针对预防出生缺陷的干预措施，取得了不错的效果。国家卫健委发布的最新数据显示，2021年与2011年相比，出生缺陷导致的婴儿死亡率、5岁以下儿童死亡率分别从2.3‰、2.7‰降至1.1‰和1.2‰，下降幅度均超过50%。

目前出生缺陷防控包含三个方面，一级预防是对遗传性疾病的筛查，对已知单基因病甚至多基因病进行胚胎的遗传学诊断。二级预防是在孕早期发现一些严重的致死致畸情况，及时终止妊娠，减少出生缺陷。三级预防是针对如先天性心脏病等不是非常严重的疾病，及时进行药物及手术治疗。目前，我国在基因编辑和干细胞治疗技术的研发上都取得了较大进步。

进行普通人群大规模的出生缺陷防控，需要更精准、更可靠的筛查方法。2023年，我国生殖遗传领域又有了新突破。目前，我国科学家发明了一种新方法，采集孕中期的血液，除了检测胎儿染色体的微缺失和微重复，还可以检测一些新发突变，像软骨发育不全、努南综合征以及早发婴幼儿癫痫等疾病，通过这种称之为NIPT2的三合一产筛新技术，一些没有结构异常，超声无法检测到的疾病可以通过基因检测超早期诊断，灵敏度达到100%，特异性达到99.3%。

乳腺癌是我国女性最常见的恶性肿瘤，每年新发病例数约为41.6万。而随着我国癌症总体5年生存率的提升，患者不仅对治疗要求的要求越来越高，对长期生存质量也提出了更高的要求——

慢病化管理，乳腺癌患者长期带瘤生存成为现实

近年来，随着治疗手段的创新进步，乳腺癌治疗已经有了多种手段，包括手术、化疗、靶向治疗、内分泌治疗、免疫治疗等。而单抗、双抗以及抗体偶联药物的出现，让乳腺癌患者的5年生存率达到90%左右。如今，乳腺癌已经成为一种可防可治的慢性病，很大一部分患者实现了带瘤生存。

2023年12月《乳腺癌多学科诊疗标准与规范(2023年版)》发布，乳腺癌多学科诊疗由此有了“标准规范”。多学科规范化诊疗模式的确立，让更多的早期乳腺癌被检出，并可以根据患者的个体情况，确定最精准的治疗方式，最终实现从诊断、治疗到随访的全周期管理，达到提高患者生存率与生活质量的三重目标。

乳腺癌的外科治疗手段也正朝着多元化发展，随着患者对乳腺癌治疗上更好回归社会的需求，实施保乳手术以及全乳切除后乳房再造手术的患者比例大幅提高。而保乳手术联合放疗、靶向治疗以及综合治疗的疗效也在日益提高，即便对于无法进行保乳的患者，也可以选择全乳切除术后联合乳房再造术，或者在手术几年

更年期患者对于更年期的认识，经历了从一开始的恐惧、担心到逐渐了解，再到接纳绝经激素治疗的过程。更年期门诊也经历了从稀有到普及，从单一治疗到多学科协作的发展历程。现在，越来越多的医生对更年期有了非常清晰的认识，包括基层的乡镇卫生院、社区服务站等医疗卫生机构都能够很好地提供相应的诊疗服务，带给患者越来越好的就医体验——

多学科诊疗新模式，一站式解决更年期综合管理难题

在二三十年前，人们曾一度将“更年期”一词视为贬义，更年期门诊更是寥寥无几。而现在，更年期门诊已如星星之火，以燎原之势燃遍全国。如今的更年期门诊，还赋予了科技的内涵，引入医疗大数据管理和人工智能，包括电子信息系统的建立、移动医疗穿戴式的设备以及未来的数字疗法等，让更年期患者的信息管理更加有序和可溯源。此外，一些预测的模型也可以为医生决策方案提供帮助。这种现代化、智能化的方式能够精准地辅助医生诊疗，为患者带来可预期的更好的健康结局。

难能可贵的是，更年期多学科诊疗模式的建立，为更年期综合管理一日门诊提供了广阔的发展前景。众所周知，更年期不仅仅关乎卵巢功能衰退这个单一的问题，还与生理机体衰退、心理变化等相关，投射的症状涉及全身各个器官和系统。多学科诊疗模式回应了更年期患者健康保健的全方位需求，尤其是诊疗过程高效且有效。在患者最大化获益的同时，还带动妇科、护理部、营养科、中医科、心理科、药剂科等多科室协同发展，推动多学科合作深入化。



■ 中国妇女报全媒体记者 王凯

我国每年有数百万新发癌症患者，其中超过70%的年轻女性患者治愈后有生育需求，但放化疗过程常常严重损伤她们的卵巢功能。据估算，每年至少有超过100万女童和育龄女性，因为疾病治疗丧失生育能力——

卵巢组织冻存移植技术，让更多女性释放生育潜能

日前，被称为“冻存婴儿之母”的阮祥燕博士发出呼吁，在生育率下降的时代背景下，应该尽量降低由医源性因素导致的生育力丧失概率。

生育力保存是指通过辅助生殖技术或妇科手术获取并保存卵子或生殖组织的方法和手段，待有生育要求时再回移体内。目前，生育力保存有三种办法：胚胎冷冻保存、卵巢组织冻存、卵巢组织冻存。其中，胚胎冷冻保存6年内不影响胚胎复苏后的存活率、着床率、妊娠率、活产率及子代出生缺陷率；而卵巢组织冻存主要针对未婚高龄女性。

特别值得一提的是，卵巢组织冻存移植技术近年来在我国发展迅速，也是青春前期保存生育力的唯一方法。该技术不仅可以恢复女性生育能力，95%的移植卵巢组织女性的卵巢内分泌功能也能得到恢复，这为许多女性肿瘤患者带来生育希望。

在当前新兴技术中，未成熟卵母细胞体外成熟(IVM)技术目前仍在实验研究阶段。人工卵巢更是新兴的辅助生殖技术发展方向。相信随着治疗手段的提升与创新，女性生育能力丧失及生活质量下降等问题可以得到更多、更好的解决方案。

世界卫生组织在2020年提出《加速消除宫颈癌的全球战略》，中国作为承诺国，提出了在2030年要实现“90-70-90”的战略目标，即90%的女孩在15岁之前完成接种HPV疫苗，70%的女性至少在35岁和45岁时分别接受一次规范筛查，90%确诊宫颈癌患者得到治疗——

宫颈癌防治与筛查方法多样化，助力国家战略实施

2023年年初，国家卫生健康委、教育部等10部门印发《加速消除宫颈癌行动计划(2023—2030)》，提出要积极推动宫颈癌筛查和诊疗适宜技术，探索运用互联网、人工智能等新技术优化宫颈癌筛查和诊疗服务流程。以人工智能(AI)为核心的数智技术为解决大规模人群检测和接种疫苗的高成本问题提供了新方案。

值得高兴的是，在过去的一年，宫颈癌防治领域取得诸多进展。国家癌症中心在3月份发布的最新一期统计数据显示，相较于2020年公布的数据，宫颈癌死亡病例明显下降，从5.9万人下降至3.3万余人。这充分证明了宫颈癌防治领域取得的成果。

目前，高危型HPV核酸检测作为宫颈癌筛查的首选方法，国家药监局已经批准了两个国产试剂盒用作宫颈癌的初筛和联合筛查以及分流筛查。针对甲基化这种宫颈癌筛查的新方式，国内科研工作者加大研发力度，目前已有3个甲基化检测产品获批。与此同时，我国已开发了越来越多的产品用于HPV16、18等分型检测，并得到了广泛应用。另外，通过HPV mRNA检测可直观了解病毒基因转录表达情况，评估宫颈病变的发展趋势，这些筛查方法都在有条不紊地推进与实施。

目前，HPV疫苗研发技术日趋成熟，除了HPV预防性疫苗，用来治疗HPV感染导致的宫颈上皮内损害

突破一

突破二

突破五

突破二

突破四