

医药 热点

保护生育力,从预防妇科常见病做起

●近日,“女性生育力保护与妇产疾病同质化防治能力提升项目”启动,旨在提升妇科感染性疾病防治,助推各地女性拥有同质医疗服务。

●大众对妇科常见病存在很多错误认知,其中主要是对生殖道感染的危害认知不足。生殖道感染是整个女性生殖系统的感染,任何部位有炎症都可能引起不孕症或者怀孕以后反复流产、早产、胎膜早破,并且可能引发肿瘤。



■ 中国妇女报全媒体记者 杨娜

5月16日由国家卫生健康委建设和继续教育中心主办的“女性生育力保护与妇产疾病同质化防治能力提升项目”启动会在北京举行。大会同时举办了“防治并重,促进专科能力建设新探索”专题讨论会。与会专家围绕当前我国妇产科疾病整体防治现状、大众对妇产科感染性疾病认知误区以及推动我国基层妇科疾病诊疗能力提升等话题展开研讨。专家表示,在“防”方面,妇科常见病不应该因为“危及生命”而被忽视,其与生育力息息相关;从“治”方面看,目前基层的妇科常见病诊疗需重视起来,要让患者能来看病,也要能看好病,呼吁给予妇女全生命周期健康的关注和关怀,努力提供高质量、同质化的医疗服务。

生殖道感染危害极大,把好阴道第一关

月经不调、白带增多、阴道瘙痒、盆腔炎引发的下腹痛……这些常见的妇科疾病让很多女性“不胜其烦”。中华医学会妇产科学分会候任主任委员、北京协和医院妇产科主任朱兰教授表示,妇科常见病虽相比肿瘤等疾病症状较轻,但同样值得重视。目前妇科常见病高发,主要是女性生殖系统的感染,其与生育力息息相关,一些阴道感染还会增加传播疾病的风险。

天津医科大学总医院妇产科医学中心主任薛凤霞介绍,生殖道感染是整个女性生殖系统的感染,从上到下,外阴炎症、阴道炎、宫颈炎、子宫内膜炎、输卵管炎、盆腔腹膜的炎症,任何部位有炎症都可能引起不孕症,或者怀孕以后反复流产、早产、胎膜早破,并且可能引发肿瘤。比如HPV感染和阴道感染可导致宫颈癌,因此生殖道感染危害非常大。事实上,生殖道感染很多是可以预防的,包括阴道炎、宫颈炎、内膜炎。其中第一关就是阴道,阴道炎症如果能够及时预防、及时诊断,基本上就不会波及宫颈、内膜、输卵管,从而有效预防其他妇科疾病。

“难言之隐”不能“一洗了之”,吃抗生素、消炎药须注意

在薛凤霞看来,大众对妇科常见病存在

很多错误认知,其中主要是对生殖道感染的危害认知不足。“因为妇科是隐私部位疾病,很多人不愿意到医院去看病,可能去药店买一些洗药‘难言之隐一洗了之’。也有人认为阴道炎或者盆腔炎都是不太注重卫生或者生活水平比较差的人容易得的疾病,这些认知都是错误的。”

薛凤霞说,日常门诊中她遇到一些白领女性患者,在就诊时特别不解地问:“我经常用一些高级的卫生护垫或者冲洗剂天天冲、天天洗,我那么爱卫生的人怎么得了阴道炎呢?”薛凤霞告诉她们:“实际上就是因为太爱卫生,把正常阴道的微环境破坏了。根据分子生物学检测发现,正常阴道里有100多种微生物,其中起主要保护作用的是乳杆菌。如果反复冲洗,把好的菌群冲掉,菌群之间失去平衡,反而更容易导致阴道炎症,所以不提平时用洗剂进行过度清洁。”

研究显示,约有70%~75%的育龄女性在其一生中至少会发生一次真菌性阴道炎。薛凤霞介绍,引起阴道炎的真菌是假丝酵母菌。阴道里正常情况下有一部分少量的阴道丁酯,它就像一个种子,在阴道里不发芽、不生根、不引起其他的症状。但如果加入外部因素,比如患者吃十天、半个月的抗生素、消炎药,可能会觉得外阴痒,因为抗生素杀死消化道和呼吸道细菌的同时,把阴道里有保护作用的乳杆菌也杀掉了。阴道菌群乱了,就容易导

致真菌过度繁殖。一旦假丝酵母菌形成,就会分泌一些炎症因子,从而导致真菌性阴道炎发生。

“另外怀孕以后容易得真菌性阴道炎,发生瘙痒的症状也会比非妊娠时严重。”薛凤霞说。此外,平常体质比较差或者患有风湿等其他类型的疾病,服用了免疫抑制剂,也容易发生炎症。真菌性阴道炎一般来说不像其他性病通过性传播,但是如果反复发作,男性性伴侣需要进行检查治疗。而且真菌一般在60℃以上高热环境中生存能力比较差,建议日常拿热水烫一烫内衣、内裤,这样真菌就能被杀灭。

薛凤霞表示,任何的感染都是机体抵抗力下降导致的。预防妇科感染性疾病同样要从健康的生活方式开始。“比如现在很多人熬夜玩手机,熬夜时人的整个机体免疫能力下降,也会导致阴道炎症。阴道炎症或HPV感染跟女性吸烟有关。不健康的生活方式也是导致阴道炎症发生或者阴道炎症反复发作很重要的因素。”

“另外需要注意的就是性生活的保护。”薛凤霞提醒,尤其是现在性生活提早,提早的性生活或者是性开放、性自由、多个性伴侣,都会明显增加感染概率。

防治结合,推动基层妇科感染性疾病亚学科建设

薛凤霞表示,医务人员应该重视科普

工作,为广大女性进行生殖道感染健康知识的普及。“希望大家知晓什么时候应该去看病,什么情况不能自己用药。”

提升基层医疗机构的诊疗能力,是降低这类妇科常见病的一个重要举措。朱兰带领团队前期做了700多家医疗单位、2000多人的千县工程调查,她在千县调研摸底第一阶段的结果分析中发现两大问题:一是绝大部分医生认同区分不同类型阴道炎的重要性,但由于患者意愿和医院技术限制,仅有51%的人基于病原菌类型进行了诊断;另外就是用药不规范、不合理,用药问题突出。

朱兰教授呼吁推动基层妇科感染性疾病亚学科建设。正确的治疗来源于正确的诊断,现在各类感染都有相关的诊治指南,未来也会通过各方面的培训确保诊治指南落地。此外,能力建设也包括硬件建设,基层起码应该有诊断所需的基本的仪器和设备,对于生殖道感染的诊断正确率会有一定提高。

据悉,为了推进女性生育力保护和妇产疾病同质化防治能力提升,项目组提出了探索建设“一县一院一点”的创新健康服务模式:一座县城,重点扶持一家医院,提升医生的专业能力,重点支持一个健康服务点。将优质的健康服务从医院延展到社区基层,助力大众将疾病管理的关口前移,集全社会之力赋能大众的健康管理,实现基层女性妇产疾病的早期预防。

基因编辑疗法可改善遗传性眼病患者视力

“莱伯氏先天性黑蒙症10型(LCA10)”是一种较罕见的遗传性眼病,患者会因视网膜病变而失明。日前发表在美国《新英格兰医学杂志》上的论文说,一种基因编辑疗法在治疗该病的临床试验中取得显著效果,约79%的受试者表现出可测量的视力指标改善。

这项临床试验由美国哈佛大学医学院附属马萨诸塞眼耳鼻喉科医院等机构合作开展,对美国埃迪塔斯医药公司基于CRISPR基因编辑技术开发的候选疗法进行了安全性和有效性评估。这种疗法靶向名为CEP290的基因,这种基因指导合成一种对视网膜功能至关重要的蛋白质。从2020年至2023年2月,共有12名成人和两名儿童志愿者参与了该临床试验。研究团队利用CRISPR基因编辑疗法对他们的一只眼睛进行了治疗,并通过4项指标评估治疗效果,分别是最佳矫正视力、视网膜灵敏度、视觉导航功能以及与视觉相关的生活质量改善。结果显示,有11名受试者(约79%)在四项指标中至少有一项有所改善;6名受试者(约43%)有两项或多项指标有所提升;6名受试者(约43%)与视觉相关的生活质量得到改善;4名受试者(约29%)表现出有临床意义的最佳矫正视力改善,或识别图表上的物体和字母的能力提升。研究团队未报告与治疗相关的严重不良事件。

研究人员说,这款基因编辑疗法在早期试验中表现出潜力,但未来还需要更多研究确认哪些患者可以从中受益。下一步研究将检验用药理想剂量,治疗效果是否对某些年龄段患者更明显等。

(新闻)

杜仲或能预防骨质疏松

骨质疏松症是老年人常见病,主要发生在绝经后妇女。目前,抗骨质疏松和合成代谢药物已被用于该病的预防和治疗,但都伴有不同的不良反应。近期,中国台湾中国医药大学和亚洲大学的研究小组在《衰老》杂志发表的一项研究表明,中药杜仲中所含有的绿原酸成分,可通过促进成骨细胞功能和抑制破骨细胞形成,起到预防骨质疏松的作用。研究小组通过卵巢切除动物实验发现,被切除卵巢的大鼠,其骨量和机械性能明显降低。而服用绿原酸后则显示,不仅能促进成骨细胞的增殖和分化,还可抑制RANKL诱导的破骨细胞生成,从而拮抗卵巢切除诱导的骨质流失。

研究人员认为,杜仲具有补肝肾、强筋骨的功效,自古为治疗肝肾不足、腰酸腿痛和痿软无力之证的要药,如今常用于强化骨骼、调节骨代谢和治疗骨质疏松。作为杜仲中主要多酚物质的绿原酸,似乎是一种有望开发的新型抗骨质疏松症疗法的分子。

(宁蔚夏)

特定益生菌或可缓解尿毒症

人体肠道中居住着多种有益菌,双歧杆菌就是其中一种。日本一项新研究发现,在人类胃肠道中自然存在的一种双歧杆菌——亲和人体双歧杆菌可以降低肠道内相关毒素浓度,从而缓解尿毒症等肾功能衰竭病症。

部分人体肠道细菌会产生一类被称为吲哚的化合物。在肾功能正常时,吲哚会随尿液排出体外,而肾功能下降导致排尿量减少时,吲哚就会在血液中积蓄。吲哚及其转化而成的硫酸吲哚酚均与肾功能衰竭的发展相关,而硫酸吲哚酚是具有代表性的尿毒症毒素之一。

在本项研究中,研究团队首先培养出能产生吲哚的大肠菌,再向培养液中混入亲和人体双歧杆菌。结果发现双歧杆菌菌株能大幅降低大肠菌产生的吲哚浓度,并最终将吲哚转化成能改善大脑功能和增强免疫力的物质。研究团队通过进一步实验发现,TrpB和ALDH两种基因在吲哚代谢中发挥着重要作用。研究人员通过分析美国国家生物技术信息中心(NCBI)数据库中细菌菌株基因组发现,同时拥有TrpB和ALDH两种基因的只有95个菌株,且全部属于双歧杆菌属。本项成果已发表于新一期《肠道微生物》杂志上。

(钱铮)

相关链接

高温天气,三种习惯让妇科炎症找上门

夏季人体出汗多,汗液中的部分有机物对霉菌等致病性微生物来说是极好的“粮食”。再加上女性阴道偏酸性,内部温暖潮湿,本身就营造了一个适合微生物生长的环境。尤其是不注意私处卫生的女性,在夏季更容易被妇科疾病找上门。

除了气候原因,夏季女性喜欢做以下几件事,也容易导致妇科疾病频发发生。

1.长期待在空调房。对于女性来说,如果长期待在空调房里,很有可能会影响

卵巢功能,使排卵发生故障,导致腹痛腹胀等妇科疾病。

2.爱吃冷饮。没有冷饮的夏天是不完整的。但是贪吃凉性食物,很容易导致女性宫寒,造成痛经、体内湿气加重等病症。

3.频繁洗澡。夏天气温较高,有些女性洗澡特别勤,甚至一天三四次都不满足,并且每次都会用洗液清洗私密处,来消除异味。但是女性的阴道带有自洁功能,其中包含了一些对身体有益的菌群,经常清洗会破坏这些菌群,导致其自洁功能损坏,

受到病菌的侵袭,从而导致妇科炎症。

那么高温天气如何预防妇科疾病?

一是锻炼身体,均衡饮食。不要过多食用冷饮及过食含糖量高的食品。

二是养成良好的卫生习惯。夏季内裤要勤更换,否则私处长期在汗液的刺激下会发生感染。经期要注意私处卫生,勤换卫生巾。此外,经期应该注意不要盆浴,也应该尽量不游泳或者不做剧烈运动。

三是要定期进行妇科疾病检查。(晓微)

至闻视角

可内服可外用,康复新液知多少

■ 陈畅

有一种中药既可内服又可外用,对创面愈合、黏膜损伤等诸多疾病有很好的治疗效果,是家庭药箱的理想选择。可是它的原料竟然是蟑螂!

李女士的母亲已经八十几岁,经常便秘。最近一次出现脱肛情况,老人非常痛苦。李女士来到家附近药店询问有没有药品推荐,有人给她建议试一试康复新液。李女士回家给老人喷上三五下,几乎当即看到效果。第二天又喷一次,老人的脱肛竟然恢复了!李女士禁不住啧啧赞叹。

康复新液是李树楠教授20世纪80年代总结云南民间应用美洲大蠊治疗疮类疾病的成功经验,采用美洲大蠊干燥虫体的乙醇提取物制成的溶液,是一种纯中药生物制剂。在《神农本草经》就曾记载:“蟑螂其味咸、寒,生川泽,治血

癖症坚、寒热,破积聚,喉咽痹,内寒无子”。

康复新液药理学作用很强大,主要是促进创面愈合,包括修复皮肤损伤和修复黏膜损伤。它可以抗炎、镇痛、消肿,甚至能抑制肿瘤细胞的增殖活性。有研究证明,其增强免疫功能,抗氧化、抗衰老,甚至可修复骨损伤和抗过敏。

康复新液内服外用。内服可治疗消化系统疾病,消化性溃疡和糜烂性溃疡,如慢性胃炎、胃及十二指肠溃疡、慢性结肠炎等。也可治疗口腔黏膜类疾病,如一般性口腔黏膜溃疡、化疗性口腔炎、儿童口腔溃疡,以及牙周炎、急性冠周炎、慢性咽炎、扁桃体化脓等。治疗口腔内疾病时,服用时注意含服,尽量长时间使康复新液与患病部位相接触,增强其药用效果。

外用可治疗肛肠科、生殖系统、耳鼻喉、皮肤科的病症。比如肛肠类疾病,如痔疮的日常护理、肛门口周围疾病术后患者创面换药。妇科

疾病如宫颈糜烂局部上药、轻度宫颈上皮内瘤的局部用药和尖锐湿疣术后创面的修复。耳鼻喉类疾病,如鼻中隔糜烂、鼻出血、慢性咽炎、急性喉炎的外喷治疗。皮肤科疾病如皮肤皲裂、各种烧伤、烫伤、伤口感染和带状疱疹皮损处用药和复杂难治性糖尿病足的换药,各类手术后创面的修复换药。

该药对儿科疾病也具有优势,如小儿手足口病、新生儿尿布皮炎的局部用药。

外用方法是医用纱布浸透药液后敷患处,感染创面先清创后再用药品冲洗,并用浸透药品的纱布填塞或敷用。

康复新液在临床应用中安全、有效,未发现明显毒副作用。极少数有出现恶心、口干、便秘、皮疹等症状。因其使用的广泛,可以进入家庭常备药箱。对康复新液及所含成分过敏者禁用,哮喘和孕妇禁用。康复新液因生产厂家不同,治疗效果稍有差别。

维生素D与癌症存在关联

一个国际团队近日在美国《科学》杂志上发表的一项小鼠研究表明,膳食中的维生素D可以调节肠道微生物组,从而增强小鼠对癌症的免疫力。

由英国弗朗西斯·克里克研究所、美国国家癌症研究所和丹麦奥尔堡大学研究人员组成的团队发现,维生素D会作用于肠道上皮细胞,从而导致名为脆弱拟杆菌的细菌数量增加,这是一种在人和小鼠体内都存在的细菌。研究团队给正常饮食的小鼠注射了脆弱拟杆菌后发现,这些小鼠能更好地抑制肿瘤生长;但当小鼠饮食中缺乏维生素D时,则没有出现这种现象。研究团队表示,脆弱拟杆菌的增加使小鼠对癌症具有更好的免疫力,但目前还不清楚其中机制。

此外,研究人员还分析了150万丹麦人的相关数据,发现维生素D水平较低与癌症风险较高之间存在联系。另一项针对癌症患者群体的独立分析也表明,维生素D水平较高的人更有可能对基于免疫的癌症疗法反应良好。

研究人员表示,维生素D或能在抗癌中发挥重要作用,但仍需要进一步的研究来充分了解相关机制,以及如何利用这一机制确定治疗策略。

(华译)

