

G 公共卫生

定量评估埃博拉疫情传入中国风险

□余宏宏



对于埃博拉出血热疫情,由于当前尚无批准上市的特效药物和疫苗,因此定量评估埃博拉出血热传入中国的风险,并梳理各种公共卫生防控措施的优先顺序,显得尤为重要。同时,深入挖掘和利用国际客运、疾病监测等多种来源的数据,有助于综合分析并评估不同国家、不同传染病在不同时间段输入中国的风险。这对于科学防控输入性传染病疫

情,尤其是新发传染病具有重要的参考价值。

然而,西非国家缺乏系统的埃博拉出血热疫情的相关数据,且人口流动存在不确定性。在这种情况下,如何定量评估埃博拉出血热疫情传入中国的风险?笔者借鉴国际民用航空客运数据和持续更新的疫情数据,试图为疫情的定量评估提供一些建议。

研究发现,2013年第四季度

从西非疫区国家离境的旅客为107113人次,其中3167人(3%)主要通过法国、比利时等8个国家的机场转机后,抵达中国大陆。假设今年第四季度与2013年同期的出行方式和人数不变,估计我国相关机场口岸平均每人入境和查验国际旅客2235名,就会有1名来自疫区的旅客;基于西非疫区国家9月底的发病水平和2013年第四季度来华人数,预测今年第四季度可能传入我国的埃博拉病毒感染者总人数低于1人次(0.54人次),其中利比里亚0.35人次、塞拉利昂0.16人次、几内亚0.03人次。若疫区发病率上升或来华旅客人数减少,则传入的感染者人数呈相应程度的增加或减少。

虽然从上述数据来看埃博拉出血热疫情传入我国的风险相对较小,但笔者认为,该疫情通过民航旅客传入我国的可能性是存在的,需要针对性地在我国重点入境口岸开展高风险人群查验工作,在主要目的地城市加强监测,从而提高防控效果。

根据《国际卫生条例(2005)》,为了应对西非埃博拉出血热疫情的全球威胁,世界卫生组织已提出了相关的防控策略和技术指南,建议各国采取适当的旅行卫生相关措施,降低埃博拉病毒在全球传播的风险。然而,世界卫生组织不建议对疫区国家采取任何的旅行或贸易限制措施,避免对这些国家进一步造成更严重的经济、社会和人文主义的影响。

目前,我国未对西非国家采取任何旅行或贸易限制措施。为了应对埃博拉出血热传入我国的风险,相关部门已出台了一系列预案和防控方案,并将埃博拉出血热纳入检疫传染病管理,要求做好口岸埃博拉出血热疫情防控工作,重点查验来自疫情发生地的人员和21天内去过疫情发生国家的人员,并对可疑病例和密切接触者开展流行病学调查。

由于我国未指定疫区来华旅

客的人境口岸,并且我国与疫情严重的西非疫区国家无直达航线,疫区旅客均是通过转机来华,与其他国家的很多来华旅客一同入境。若检疫机构无法及时甄别哪些乘客来自疫区国家,便需要同时筛查很多入境旅客,才能发现来自疫区的高风险人群。反之,如果在西非疫区国家开展口岸离境的埃博拉出血热感染者筛查,可更早了解乘客的感染风险和行程,及早发现病例,提高口岸查验效率。

当然,利用客运数据开展的埃博拉出血热疫情传入风险评估存在一定的局限性。首先,无法获得旅客的人口统计学个案信息。其次,若不能及时获得全球最新客运量和航线数据,可能无法反映2014年最新的动态变化的客运量和传入风险。因此,应根据疫情动态变化,持续评估传入风险。而最新数据表明,西非疫区国家的疫情开始呈现一定程度的下降趋势。

(作者系中国疾控中心传染病监测预警重点实验室主任医师)

于我国未指定疫区来华旅



河南省精神卫生中心(河南省精神病医院) 协办

咨询电话:(0373)3373990 3373992
地址:新乡市建设中路388号

抑郁症与治疗药物

□王来海

抑郁症已成为全球第四大致死疾病,其诊断主要依据患者的主诉及其家属或朋友的告知等,实验室或仪器检查不能诊断抑郁症。大多数抑郁症患者的发病年龄为20~30岁,发病高峰在30~40岁之间,50~60岁为另一个发病年龄段。一般女性抑郁症的发病率为男性的2倍,城镇居民比农村居民抑郁症的发病率高。

抑郁症的主要治疗方法有药物、心理和电休克治疗等。抗抑郁药物治疗至少持续应用6个月以防止抑郁症复发,抗抑郁药主要通过作用于大脑的神经递质如5-羟色胺、去甲肾上腺素或多巴胺而发挥作用。研究表明,这些神经递质与调节人的情绪有关,目前国内临床应用抗抑郁药有40多种,主要分类如下。

选择性5-羟色胺再摄取抑制剂:该类抗抑郁药是近年临床上广泛应用的抗抑郁药,主要有氟西汀、帕罗西汀、舍曲林、西酞普兰、氟伏沙明、艾司西酞普兰。这类药物每天服用1次,不良反应主要是胃肠不适、性功能障碍、暂时性焦虑不安或睡眠障碍等。此类药物对心脏功能影响小,但应避免与单胺氧化酶抑制剂合用,应间隔2~4周使用。青少年患者服用时应注意监测自杀念头和行为。

5-羟色胺和去甲肾上腺素再摄取抑制剂:该类药物的作用机制为抑制5-羟色胺和去甲肾上腺素的再摄取而发挥抗抑郁作用。此类药物主要包括文拉法辛、度洛西汀和左旋米那普仑,其不良反应主要有睡眠减少、体重减轻、头晕、头痛、恶心、心率加快和性功能障碍等,心脏病和高血压病患者应慎用。青少年患者服用时应注意监测自杀念头和行为。

三环及四环类抗抑郁药物:三环类抗抑郁药物主要有丙米嗪、阿米替林、氯米帕明和多塞平等。这些药物常引起口干、便秘、视物模糊、尿潴留、认知或记忆力功能损害等不良反应,青光眼、前列腺增生以及心脏病患者禁用。三环类抗抑郁药物与单胺氧化酶抑制剂应避免合用,应间隔2~4周应用。四环类抗抑郁药主要有马普替林和米安色林。

选择性去甲肾上腺素再摄取抑制剂:主要药物为瑞波西汀。该药通过抑制神经突触前膜去甲肾上腺素再摄取,增强中枢神经系统去甲肾上腺素功能而发挥抗抑郁作用,可试用于惊恐障碍和注意缺陷多动障碍的失效。该药在美国未批准上市应用。瑞波西汀常见的不良反应有失眠、恶心、多汗、口干、便秘等,禁用狭窄角青光眼、心血管病、癫痫、双相障碍、尿潴留、前列腺肥大和应用单胺氧化酶抑制剂者。

去甲肾上腺素和多巴胺再摄取抑制剂:其代表药物为安非他酮。安非他酮适用于各种类型抑郁障碍的治疗,其与选择性5-羟色胺再摄取抑制剂比较,引起性功能障碍和胃肠道不适的副作用小。

去甲肾上腺素能和特异性5-羟色胺抗抑郁药:代表药物为米氮平,其主要作用机制为增加中枢神经去甲肾上腺素和5-羟色胺水平,加强去甲肾上腺素能和5-羟色胺能神经功能,具有抗焦虑和镇静作用,不良反应主要有体重增加。

5-羟色胺受体拮抗剂及5-羟色胺再摄取抑制剂:代表药物为曲唑酮,是一种5-羟色胺增强剂。该药与其他抗抑郁药相比,不良反应少而轻,抗焦虑作用起效快,不会引起血压升高,较少引起性功能障碍。

单胺氧化酶抑制剂:单胺氧化酶抑制剂是较早应用于临床的一类抗抑郁药,主要有苯乙肼、吗氯贝胺等。这些药物与富含酪胺的食物如奶酪、酵母、鸡肝、酒类等,以及一些镇痛药、其他抗抑郁药合用时可使患者血压升高,应避免合并应用,其他副作用包括失眠、焦虑、体重增加和性功能障碍等。

其他抗抑郁药:包括噻奈普汀、圣-约翰草提取物、维拉唑酮和沃泰西汀等。噻奈普汀结构上属于三环类抗抑郁药,但不同于传统的三环类抗抑郁药。该药具有独特的药理作用,不良反应明显比传统的三环类抗抑郁药轻,如镇静、抗胆碱能及心血管系统的不良反应较少,较常见的副作用有口干、便秘、失眠、多梦、头晕、恶心等。

圣-约翰草提取物为一种天然药物,其主要活性成分为金丝桃素,其药理作用机制复杂,对中枢5-羟色胺和去甲肾上腺素均有作用。圣-约翰草提取物对轻、中度抑郁症有良好疗效,不良反应轻,有胃肠道反应、头晕、疲乏和镇静等,但在临床应用时需注意光敏反应。圣-约翰草提取物在欧洲国家作为一线抗抑郁药。

维拉唑酮是2011年美国批准上市的5-羟色胺抗抑郁药,其通过抑制5-羟色胺的再摄取而增加中枢神经5-羟色胺的活性,常见的不良反应有恶心、呕吐和便秘等。

沃泰西汀为新型抗抑郁药,2013年9月在美国批准上市。沃泰西汀的作用机制主要与抑制5-羟色胺的再摄取,增强中枢神经5-羟色胺的活性有关。沃泰西汀常见的不良反应有恶心、呕吐和便秘等。

(作者供职于河南省精神卫生中心)

(本版图片均为资料图片)

五个危险动作会导致产后腰痛

□陈锦屏

产后腰痛,虽在已生育女性中较为普遍,但如果长期腰痛未见减轻,反而日渐加重,或者持续时间已超过一个月者,应及时去医院就诊。孕产期要查查,看自己是否无意中犯了以下错误。

危险动作一: 俯身弯腰干家务

怀孕5个月之后,胎儿的体重会给妈妈的脊椎带来很大压力。因此,孕产妇要避免俯身弯腰的动作,以免给腰椎造成重负。如果孕产期需要从地面捡东西,应先屈膝并把全身的重量分摊到膝盖上,蹲下来再捡拾物品,而不是直接俯身弯腰。

孕产期要注意休息,勿使身体过度疲劳,经常久站、久蹲、久坐等,都可导致腰肌劳损,诱发腰痛。

危险动作二: 仰卧直接从床上起身

很多孕产妇起床时,总是叫老公“帮把手”,不是拉她起身,就是从背后推一把才能起身。其实,这两种方法都不对,直接从仰卧的姿势起床会对腰部肌肉造成损伤。

孕产妇应当侧卧休息,以左侧卧位为好。为了让全身放松,可以在两腿之间放一个枕头,还可以在背部放一个小枕头。

孕产妇从床上起身时,要缓慢有序地进行,避免腹部肌肉紧张。孕产妇起身前,先要在床上转动身体变为侧身,肩部前倾,屈膝,然后用肘关节、手臂支撑起身,腿部从床边移开并坐起来。

危险动作三: 喂奶姿势不良

“超过90%的妈妈给孩子喂奶的姿势不对。”郑州市第三人民医院的专家说,“很多妈妈都是采取侧身、弯腰等姿势喂奶,这会使妈妈的腰部肌肉处于紧张的状态中,使腰肌劳损而造成腰痛。”

给婴儿喂奶时注意采取正确姿势,就以坐着喂奶的姿势为例:妈妈坐在椅子上,尽量靠里坐,在背后加一个靠垫,这样可以让腰背有支撑的力量。然后在脚边放一个小凳子,把一只脚放在小凳子上,给孩子喂奶的时候,最好在膝盖上再放一个枕头,这样就抬高了孩子的位置。喂奶的时候,孩子头枕着妈妈的胳膊,妈妈可舒服地用手臂托着宝贝的后背,让孩子的重量都落在大腿上,这样就会大大减轻腰部肌肉的负担。

危险动作四: 太早穿高跟鞋

“有个90后的女孩子,生完孩子还没一个月就穿着吊带裙和高跟鞋逛街了。”专家说,“这其实对产妇非常不好。产后过早穿高跟鞋,会使身体重心前移,除了引起足部疼痛等不适外,也会使腰部产生酸痛感。”

专家还强调,产后还要注意保暖,避免头、腰、关节等部位直接吹冷风。过早接触冷水、过早穿超短裙和吊带裙都不利于产妇的恢复,很容易留下“月子病”。

危险动作五: 不愿下床活动

很多孕产妇不愿意下床活动,总是躺或坐在床上休养,时间一长,腰部肌肉缺乏锻炼,也容易出现腰痛。

因此,专家认为,孕产妇不要贪图安逸过多躺卧,在孕早期就应坚持散步,或适当做一些预防腹痛的体操,以加强腰背部的柔韧度。专家说,顺产后24小时,剖宫产后48小时就可以进行产后康复按摩,而产后第二天就可以做产后保健操,这样可以缓解腰背不适症状。(作者供职于郑州市第三人民医院)

F 防病有道

寒冬来袭 打好“关节保卫战”

本报记者 张琦

随着气温逐渐下降,各医院收治的关节疼痛患者人数增加。据河南省中医院附院疼痛风湿科主治医师王新义介绍,冬季是关节疾病的高发季节,除自然的生理退化之外,气温骤降、风冷干燥等也是发病因素。

常骑电动车上班易患关节疼痛
据世界卫生组织统计,全世界大约有18.8亿关节疼痛患者,而每年致残人数高达300万之多,关节疾病已经成为严重影响人类生活质量、威胁人类生命健康的“黑色杀手”。

郑州市民王某骑电动车上班已有多年,每到冬天膝关节就会疼痛。最近,他的膝关节疼得越发严重。在王新义的建议下,他开始接受一段时间的超短波治疗。

“冬季以膝关节疼痛最为常见,受凉是造成膝关节疼痛的一个重要原因。老年人或者是经常骑电动车的上班族,尤其应当注意防止膝关节受凉。膝关节受凉以后,周围血管收缩,循环不好就容易造成膝关节疼痛。”王新义表示,膝关节只有15年左右的“好时光”,随着年龄的增长,人体会因为不同的原因而出现不同类型的疼痛。

据介绍,老年慢性病、慢性关节疼痛大都是因为气血亏虚,致经脉闭塞、脏腑失调,外界风寒湿邪趁虚而入产生的。

关节病患者防护三点
脆弱的关节也是一个人衰老的第一征兆。王新义表示,关节病要做到早检查、早发现、早治疗,以防止致残。王新义指出,人们平时要多注意保护好关节,多运动、多按摩等,

慢性关节疼痛患者应注意以下3个要点。

重保暖、防潮湿。关节病患者要特别注意防寒保暖,在气温骤降时要随时增添衣裤,有病变的部位要重点保护并多晒太阳。潮湿的居住条件和工作环境,常会刺激病变关节,诱发疼痛,因此应注意避湿。另外,患者应保持衣服、鞋袜、被褥的干燥。

少劳累、勤按摩。患者不要长时间站立或保持一种姿势,要注意休息,放松全身以免病变关节过劳;也不宜搬抬重物而使关节承受重力太过。患者应经坚持自我按摩,可以对病变部位进行反复揉搓、按压或拍打,这有助于关节周围血液循环和减轻疼痛。

常洗热水浴。将水温调至与体温相同(37摄氏度),可使关节、肌肉和组织器官都处于完全松弛状态。热水浴有助发汗,能将一部分酸性产物排出体外,有利于关节功能的恢复。如在水中加入少量小苏打,效果更好,因为皮肤、关节能缓慢吸收水中的碳酸氢钠离子,以中和体内酸性产物,从而缓解关节疼痛。

顺时而动养关节
王新义介绍,关节疼痛的患者最宜秋冬进补。多吃含有维生素K的食物(如豌豆、椰菜)或服用一些葡萄糖胺补剂,都对关节有好处。临床证明,患者宜多吃富含蛋白质和维生素的食物,如瘦肉、鱼、牛奶、蛋类、核桃仁、芦笋、木瓜、花生以及水果和蔬菜等。

此外,通过适当的肌肉力量、稳定性训练,也能保养关节。

侧躺练习:左侧卧,膝盖微弯,脚跟并拢。头枕在左臂上,眼睛直视前方。右手持一两千克的重物,放在腿外侧。然后腹部绷紧,臀部绷紧,尽量抬高右腿的膝部,抬腿时身体不动,坚持几秒钟,轻回地面。重复8至10次,换腿。

抬腿练习:站在台阶后面,右脚踏上台阶(脚后跟不要悬空),并将重量集中于右脚,身体抬高,左脚脚趾接触台阶,坚持1至5秒钟。然后放低左脚,轻回地面。重复8至10次,换腿。

伸展运动:平躺,膝盖弯曲,脚平放于地。伸出左腿,套入伸袖拉带或毛巾,双手抓住拉带两端。用拉带把腿拉向胸前,再用力将小腿伸直,保持10至30秒,以锻炼小腿肌肉和脚筋。重复该动作3至5次,然后换腿。



旺源驼奶消费送好礼

通过为期1个月的紧锣密鼓的筹备,新疆旺源驼奶实业有限公司——郑州东区店于2014年12月27日隆重开业。

为了庆祝新店开业,本公司决定将12月27日作为“旺源回馈日”,来店消费均有好礼相赠,仅此一天!活动详见当天店内公告。

驼奶自古以来都是达官贵人的珍稀饮品,骆驼的饮食和生存环境决定了驼奶的高营养成分。自从2008年驼奶在内地市场销售以来,人们对驼奶有了更多的了解。驼奶所含的维生素C和铁分别是牛奶的3倍和10倍,不饱和脂肪酸、蛋白质、镁、钙等含量也高于牛奶,1升驼奶含52单位胰岛素,远高于牛奶的0.016单位,驼奶富含高效杀菌和强化人体免疫力的乳铁传递蛋白和溶解酵素,这是牛奶所没有的。驼奶的脂肪含量低于牛奶。因此,驼奶具有强身健体、提高人体免疫力、抗癌、治疗糖尿病等功效。

药物治疗不如食物治疗,食物是人类治病的最好药品,人体天然的自然免疫力是疾病真正的终结者。民族珍宝驼奶,是上天给人们的恩赐!

新疆旺源驼奶实业有限公司河南办事处
招商热线:400-009-0657
销售热线:13613858528
地址:郑州市郑东新区众意西路与地坤街交叉口西20米路北旺源驼奶

抗肿瘤纯中药 科学提取取得新成果

过去服用中药一次一大把,现在一次仅需一片

胃癌肝转移合并腹水患者张女士最近遇到了烦心事,从医院化疗回家后,医生开了一大堆西药和中药,西药还好,一次只要吃一两粒;中成药每次要吃一大把,没吃几天她受不了,一点胃口也没有了。张女士感觉自己成了“药罐子”,这样下去胃肠功能肯定会出问题。她迫切地希望有一种高度浓缩的抗肿瘤中药问世,一次只要吃一两粒。

根源:抗癌中药提纯技术落后
20世纪80年代以前,人们服药基本以汤药为主,每次都是“一大碗”;20世纪80年代末,中药提纯设备开始大规模应用,进入第一次“中药西制”时代,人们开始一盒一盒地买中药,每次服药量从“一大碗”变成了“一大把”。但30多年过去了,患者吃药还是“一次一大把”,时代在发展,患者的要求也越来越高,加上有些患者实在不能多吃药,像上述胃癌肝转移合并腹水的张女士就是典型例子,她迫切希望(郑州)金水西路96号)独家引进此药并成立专家咨询服务处。

现在,河西南雷九片一次仅需一片。张女士的女儿在北京某肿瘤医院了解到河西南雷九片是目前“国内浓缩度最高的抗肿瘤中药”,这正正是母亲需要的抗肿瘤药吗?张女士的女儿立即购买了一个周期(3个月)的用量。现在,张女士轻松多了,吃药每次仅需服用一片,再也不用反胃呕吐了,吃东西也香了,腹水和肿块也慢慢好转了,她逢人就说河西南雷九片“一次仅需一片”。

相关链接:为了让河南肿瘤患者也能用到此药,现在河南省医药药材公司二楼层生堂(郑州市金水路96号)独家引进此药并成立专家咨询服务处。

专家预约热线 (0371)66912589 4007185115

专业生产安装医用防护门

专业生产、安装医用(电动/手动)防护推拉门、平开门以及铅玻璃、墙面防护,适用于X光机、CT、DR等机房新建、改建工程。欢迎全国各地医院来院我公司参观指导。

济南泳鑫放射防护器材有限公司
网址:www.jinyongxinfanghu.com
电话:(0531)87212918
手机:13864173831 13954138185

诚邀同仁加盟合作 共创鼻病专科

河北省耳鼻喉专科医院(曹氏中医诊所,邯郸市丛台区100004号)是中华传统医学学会分会教学与临床培训总部。专利发明:ZL200910015902.1,一种治疗鼻炎的药物及生产方法,欢迎基层医院同仁合作加盟。全程免费(加盟、学习、食宿)。合作内容:特色疗法治疗鼻炎、鼻窦炎,不打药、不手术,不复发,不影响鼻黏膜生理功能,不损伤黏膜。每周上班到,学习一天。欢迎同仁来电咨询并可提供光盘资料等。

地址:河北省邯郸市曹氏耳鼻喉专科医院
联系人:曹书光 电话:18631908341

供:脐疗及穴位用空白胶贴

本公司提供具有良好粘附性和透气性的胶贴,适用于贴脐疗法及穴位贴药疗法固定药物。

凡购买胶贴达200元以上者,赠送一本《偏方研究与应用》和其他中药外治资料,欢迎联系。

代购:铝箔袋、胶囊壳、眼药水瓶、小型封口机。

联系方式:(0372)2588505
13503721997 QQ:1352341939
网址:www.kangershou.cn 联系人:王经理
安阳市康尔寿健康品有限责任公司

遗失声明

新密市中医院郭改丽医师资格证(编码:20104111041018219 408030362)不慎丢失,声明原件作废旧件作废。