



关爱结核患者 “医”直在路上

□广东省结核病控制中心 于宝柱

2024年3月24日是第29个“世界防治结核病日”,主题是“你我共同努力 终结结核流行”,倡导全社会关注结核病防治,不断提高健康意识,共同终结结核流行。

随着社会的进步和医学事业的发展,医疗服务模式正从“以治病为中心”向“以健康为中心”转变。人不仅仅是一个生物体,更是一个具有心理、社会、文化和精神特征的综合有机体。“以患者为中心”的医疗健康服务,正在医疗卫生服务

体系中实施和体现。2021年,我国提出全面开展“以患者为中心”的全流程、全周期、全方位的结核病患者关怀行动,以全面提升结核病防治综合质量,提高患者满意度。世界卫生组织也非常重视“以患者为中心”的综合治疗和预防,并将其列为2035年终止结核病策略三大重要支柱措施之一。那么,目前我国结核病患者可以享受哪些关怀?广东省结核病控制中心主任医师于宝柱将为大家科普。

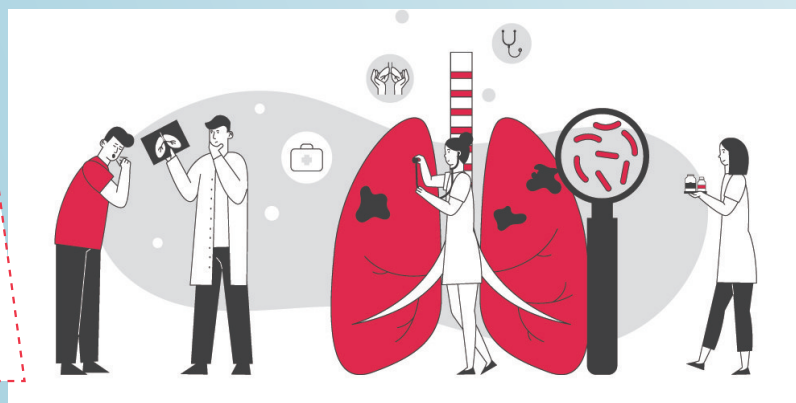
1 结核病诊断及治疗关怀服务

诊断及治疗关怀服务主要包括疑似结核病患者快捷的就诊服务、患者的精准诊断、结核病的治疗与管理、药品不良反应的观察、治疗依从性的评估与改善、患者治疗结果的评价等方面。

对于因呼吸道症状而就诊的患者,预检分诊人员会进行分类导引。出现咳嗽、咳痰超过2周,咯血或血痰,发热或胸痛等症状的患者,分诊员会建议其到结核科或呼吸内科就诊。医生会询问患者的结核病接触史,了解其不适和症状等,通过拍胸片检查肺部有无病灶,进行痰检及明确诊断或鉴别排除其他疾病必要的检查。为了缩短确诊的时间,新型快速分子生物学诊断方法应用逐渐扩大范围,这有助于提高初次就诊的确诊率,减少患者多次就诊。同时加强对患者痰液采集的指导,

只有痰标本合格,才能提高结核杆菌检出率。

在开始治疗前,医生会向患者讲解结核病及抗结核药品使用及贮存方法,服药过程中可能出现的不良反应和应对措施。根据患者既往用药情况,医生会制定科学准确的治疗方案,还会强调坚持服药的重要性。因为结核病治疗时间长,需至少6个月服药时间,一般人很难坚持完成,所以需要加强患者健康管理。基层医疗卫生机构提供随访管理服务,包括建立并完善健康档案、首次入户方式、督导服药、每月随访管理、结案评估。患者的定期复查非常必要,医生会根据治疗效果评估疗效,例如,体温是否逐渐恢复正常,咳嗽、咳痰等症状是否缓解,痰中的结核杆菌是否转阴,胸片查看病灶是否吸收等,从而调整治疗方案。



2 结核病预防关怀服务

预防关怀服务是对患者家属等活动结核密切接触者、结核潜伏感染者筛查和结核发病高危人群的预防服务。通俗来讲,与结核病患者有过密切接触的人,都要进行结核病筛

查。如确诊结核病,应进行报告登记并纳入规范化治疗管理,如排除了结核病诊断的密切接触者,基层医疗卫生机构还要分别在半年、1年后对患者进行随访。

3 结核病患者心理支持

结核病患者心理支持包括心理健康教育,处理对疾病及并发症的多种心理反应,处理对治疗措施的心理反应,缓解因疾病造成的心理压力和提高身体免疫力等。绝大部分的患者都能正确面对疾病,并积极进行治疗,但小部分患者心理压力较大,容易出现情绪波动,甚至出现拒绝服药等情况,从而影响治疗和预后。患

者若出现上述心理问题,需要寻求心理帮助。具有一定心理支持经验或接受过心理支持培训的医疗服务人员、社区社会工作者能帮助患者解决心理困难,减少恐惧、焦虑、抑郁等困扰及精神症状,调节患者对人对事的看法和人际关系,改善非适应行为,促进人格成熟,使之能以更适当、有效的方式处理问题及适应生活。

4 结核病患者营养支持

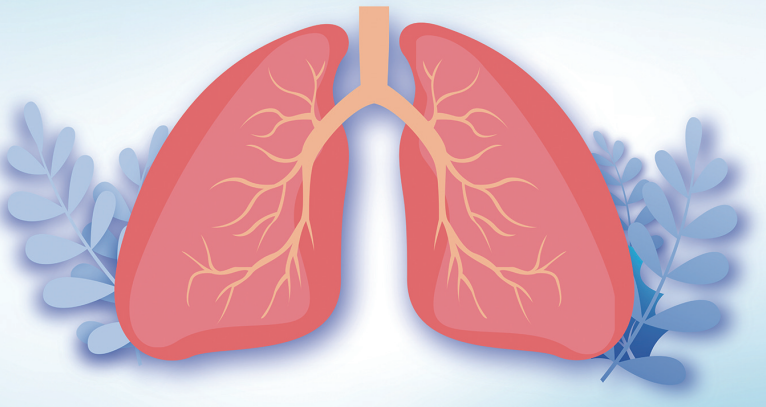
营养不良不仅是结核病发病的高危因素,也是结核病病情加重或进展的因素之一。如果患者确诊结核病并伴有营养不良,其死亡或结核病复发的风险将会增加。因此,结核病患者在规范治疗的同时,应尽早进行营养筛查、评估,营养不良者应进行营养治疗,以促进康复。

患者治疗前,由接诊医生或者责任护士向患者和家属进行营养宣教,使患者知晓营养筛查和营养治疗的必要性及重要性,提高患者的依从

性。护理人员将采用营养风险筛查表(NRS2002)对结核病患者进行筛查。根据营养评估结果,结合患者自身情况及营养相关检查结果制定有效的营养治疗方案,最好覆盖全疗程,并对营养治疗效果进行评价。接受营养管理的结核病患者,应定期做好营养风险筛查、评估及营养相关血液检查,监测营养相关指标的变化,评价营养治疗效果,从而及时调整方案,保证营养治疗的连贯性和有效性。

世界防治结核病日

—— 你我共同努力 终结结核流行 ——



肺结核小课堂

- 01 肺结核是长期严重危害健康的慢性传染病。
- 02 肺结核主要通过呼吸道传播,人人都有可能被感染。
- 03 咳嗽、咳痰2周以上,应怀疑得了肺结核,要及时就诊。
- 04 不随地吐痰,咳嗽、打喷嚏时掩口鼻,戴口罩可以减少肺结核的传播。
- 05 规范全程治疗,绝大多数患者可以治愈,还可避免传染他人。

广东省卫生健康宣传教育中心



制图 张楚迎

5 结核病患者人文关怀

人文关怀是指通过健康教育提高结核病防治知识知晓率,降低及消除对结核患者的歧视、提供生活救助关怀等。具体包括加大

结核病健康宣传力度,让大众正确认识结核病,提高结核病防范意识,营造人文关怀的氛围,减少对患者的社会歧视。

后记

为促进结核病防治工作高质量发展,有效提高结核病的治愈率,规范开展患者全周期管理和全方位人文关怀。2023年3月,我国启动了结核病关爱活动试点项目。试点工作旨在通过创建结核病关爱行动示范点,探索通过广泛动员社会资源,建立全流程、全周

期和全方位的结核病患者关爱体系,实现结核病患者高质量的诊疗服务,提高患者治疗依从性,为结核病防治创新综合策略和措施提供实践经验 and 科学参考。我省惠州市惠城区、江门市新会区两个县区作为国家结核病关爱行动试点单位,已根据项目实施方案要求,组织开展结核病患者关爱相关活动,如经验成熟,将在全省逐步推广。

产前筛查诊断 科学有效控“唐”

□佛山市妇幼保健院 张晓辉

每年的3月21日是世界唐氏综合征日,设立这一卫生节日旨在提高公众对唐氏综合征的防范意识,普及产前筛查、诊断的科学认识。

警惕染色体分离异常

唐氏综合征又名21三体综合征或先天愚型,是人类足月新生儿中最常见的染色体疾病。染色体是存在于细胞核中的遗传物质,正常人有23对染色体,每对2条,分别来自母亲和父亲。唐氏综合征患儿有3条21号染色体,这种异常是受精卵形成过程中精子或卵细胞的染色体不分离所致。

唐氏综合征患儿的表现严重智力低下、面容呆滞、眼距宽、耳位低、鼻根低

平、伸舌、精神体格发育迟滞,并可伴有其他严重的多发性畸形和疾病,如:先天性心脏病、消化道畸形、先天性甲状腺功能减低、白血病等。患儿如无严重畸形,可存活到成年,严重的患儿可能丧失劳动能力及生活自理能力,目前无根治方法,给家庭和社会带来巨大负担。

解读唐氏筛查三种结果

母亲年龄越大,胎儿患病风险越大。母亲年龄小于35岁时染色体异常发生率小于1/1000,年龄大于35岁时发生率约1/300-1/200,年龄超过40岁时发生率超过1/40。适龄孕妈妈可通过唐氏筛查评估胎儿的患病风险。

唐氏筛查是通过化验孕妇的血液,

检测母体血清中甲胎蛋白、绒毛膜促性腺激素和游离雌三醇的浓度,并结合孕妇的年龄、体重、孕周等方面评估胎儿患21三体综合征、18三体综合征、神经管缺陷的风险。唐氏筛查分为早孕期筛查(孕11-13周6天)和中孕期筛查(孕15-20周6天进行)。如唐氏筛查结果出现异常,应转诊至产前诊断中心进行遗传咨询及进一步产前诊断。

筛查结果为“高风险”:表明胎儿患唐氏综合征的风险较高,但不表示胎儿一定不正常。孕妇进行遗传咨询后,可以根据不同情况及孕周进行介入性产前诊断,确定胎儿是否存在染色体异常,或知情选择无创产前DNA检测,以进一步了解胎儿的患病风险。

筛查结果为“临界风险”:表明胎儿

患唐氏综合征的可能性介于高风险和低风险之间,建议孕妇先进行遗传咨询,再考虑下一步诊断方案。如果风险值介于1/1000和高危风险临界值之间,胎儿发生上述疾病的可能性较一般人群高,建议行无创DNA产前检测。如无创产前基因检测结果提示低风险,需进一步行介入性产前诊断,如羊膜腔穿刺、脐静脉穿刺等明确胎儿是否存在染色体异常;如无创基因检测提示低风险,还需通过后期胎儿超声等影像学检查评估胎儿染色体异常风险。

筛查结果为“低风险”:表明胎儿患唐氏综合征的可能性较低,但不能完全排除这种异常或其他染色体异常的可能性。产前筛查结果不是诊断,而是风险评估,建议孕妇定期产检,加强超声监测。

解锁美梦密码 摆脱失眠焦虑

□珠海市中西医结合医院 刘星

人一生中约有1/3的时间是在睡眠中度过,睡眠是人最基本的生理需要。世界卫生组织调查显示,27%的人有睡眠问题,全世界每4个人中有1个人患有轻或重度失眠症,失眠已经成为影响现代社会不同年龄段人群的普遍情况。对此,珠海市中西医结合医院治未病科副主任寇吉友博士不禁发问:“你,有多久没有睡个好觉了?”

睡眠重要性仅次于呼吸和心跳

寇吉友介绍,睡眠是人最基本的生理需要,是机体复原、整合过程。它的生理重要性仅次于呼吸和心跳。中医学认为,睡眠是人体适应自然界规律,休养生息的重要过程。《素问·上古天真论》中提到,顺应自然界昼夜变化,适应自然界阳气生长化收藏的运行规律,人体的阳气阴精才能得到正常的休养和补充,从而

保证第二天正常的生理功能、旺盛的精力,以抗病御邪。

睡眠质量不佳的三大危害

睡眠障碍常见的危害主要是影响机体阳气生长化收藏的运行变化,严重时可能导致机体功能异常。

导致各种疾病:睡眠质量不佳不仅带来第二天的精神萎靡、眼睑浮肿、头昏胀痛等症状,还可能与各种身心疾病有关,如高血压、心脑血管病、肿瘤、糖尿病、肥胖病和性功能障碍等。睡眠长期不足的人,心脏病发作的几率是普通人的2倍。在心理门诊里,有90%的患者因为睡眠障碍而引起精神疾患。

加速机体衰老:长期睡眠不足会使体内的器官因无法获得休息而过度消耗,功能衰退,造成抵抗力差而容易感冒或慢性感染等老化现象,在人体肌肤颜

面外观上呈现未老先衰的现象。

破坏记忆能力:失眠者常有记忆力减退的症状。大脑长期处于弱兴奋状态,导致精神疲惫、情绪低落或忧郁、注意力不集中、容易走神。随着记忆力严重障碍,智力也随之衰退。

良好睡前习惯助力健康睡眠

寇吉友表示,想要拥有健康睡眠,首先,养成良好的作息规律,按时睡觉、起床,不要赖床和“恶补”睡眠。其次,创造良好的睡眠环境,避免噪音刺激。

此外,睡前不宜喝咖啡、浓茶以及含酒精的饮料等,不吸烟;睡前宜温水泡脚15-30分钟,同时用双手按摩足心的涌泉穴,选取神门、交感穴等进行耳穴贴敷或按摩3分钟以宁心安神;晚餐避免过饱或食用太多油腻难以消化的食物;白天适量的体育运动有助于睡眠,可选择慢

跑、游泳、太极拳、八段锦等;保持情绪稳定,避免精神过度紧张。

对于经常失眠者,寇吉友提醒,应尽早到医院就诊咨询。明确诊断失眠者,可针对病因进行治疗;不能明确病因的失眠者,应接受医生关于睡眠常识和睡眠卫生的指导,养成良好的睡眠习惯。

药膳推荐助睡眠

柏子仁炖猪心。柏子仁15g,猪心1个。将猪心洗净、剖开,将柏子仁放入猪心内,入砂锅,加水适量,隔水炖熟,以猪心透烂为宜。具有养心安神的功效。

甘麦大枣粥。小麦50g,大枣10g,炙甘草15g。先煎甘草,去渣,后入小麦及大枣,煮为粥。具有安神定志,舒缓情绪的功效。

(医学指导:珠海市中西医结合医院治未病科副主任 寇吉友)

看懂肝功报告 不再「肝」着急

□广东省妇幼保健院检验科 胡塔 罗娅莎

2024年3月18日是第24个“全国爱肝日”。今年的宣传主题是“早防早筛,远离肝硬化”。定期体检,主动筛查肝脏疾病能有效减少肝硬化的发生。在体检中,肝功能检查项目较多,各个指标所代表的临床意义不同,对普通人而言,爱肝护肝,不妨从看懂肝功能报告开始。

一、反映胆红素代谢及胆汁淤积的指标:总胆红素(TBIL)、直接胆红素(DBIL)、血清总胆汁酸(TBA)、γ-谷氨酰转氨酶(γ-GGT)及碱性磷酸酶(ALP)等。

胆红素增高症俗称黄疸,是因胆红素代谢障碍而引起的血清胆红素浓度升高。临床上表现为巩膜、黏膜、皮肤及其他组织黄染,巩膜黄染常先于黏膜、皮肤。血清TBIL在17.1~34.2μmol/L,而肉眼看不出黄疸时,称为隐性黄疸或亚临床黄疸;血清TBIL浓度超过34.2μmol/L时,临床上称为显性黄疸。

血清TBA是胆固醇在肝脏分解代谢的产物,其生成和代谢与肝脏关系密切。正常人血清TBA浓度很低,肝细胞发生病变时,血清TBA会显著升高,因此它是反映肝实质损伤的重要指标。另外,胆道梗阻时,TBA、γ-GGT和ALP会同时升高。

二、反映肝脏合成功能的指标:总蛋白(TP)、白蛋白(ALB)、血清胆碱酯酶(CHE)等。

血清蛋白质是血清固体成分中含最最多的一类物质,这几项检查是通过检测肝脏的合成功能来反应其储备能力的常规试验。

ALB是体内的主要蛋白,约占血浆蛋白的一半,主要功能是维持胶体渗透压、组织和血管中水分的动态平衡,改善血容量不足的问题。ALB下降提示肝脏合成蛋白质的能力减弱或者蛋白质大量丢失。

血清CHE由肝脏合成,它的活性降低常反映肝脏受损。肝病患者病情越重,CHE活性越低,若持续降低且无回升迹象,多提示预后不良。甲亢、糖尿病、肾病综合征及脂肪肝等病也可可见CHE增高。

三、反映肝实质损害的指标:血清转氨酶。血清转氨酶分为肝细胞浆中的谷丙转氨酶(ALT)和肝细胞线粒体中的谷草转氨酶(AST)。

转氨酶升高的原因有生理性和病理性两种。生理性升高包括妊娠、熬

夜、疲劳、饮酒、剧烈运动、感冒,甚至情绪因素等。病理性升高包括心肌炎、急性胰腺炎、急性性肝病、胆道感染、胆石症、急性心肌梗死、肺梗塞等急性慢性病症。

肝脏病变时,ALT活性常急速上升,缓慢下降,其值一般超过参考范围高限值的十余倍至数十倍,越高反映其炎症活动越严重。AST反映肝细胞线粒体的损害,标志着肝脏组织的破坏程度。AST值超过ALT时,应警惕是重症或慢性肝炎。

四、肝癌肿瘤标志物:甲胎蛋白(AFP)。

AFP是原发性肝癌早期诊断的一个重要标志,也是最优标志物。它是胚胎时肝脏合成的蛋白质,胎儿出生后肝脏不再合成,正常成人血清中含量甚微。肝脏癌变时AFP将明显升高,通常在肝癌患者临床症状出现前6至12个月时开始升高,AFP高于500ng/ml持续4周以上,或AFP高于200ng/ml持续8周以上,或AFP由低浓度持续升高,可诊断为原发性肝癌。癌胚抗原(CEA)、α-L岩藻糖苷酶(AFU)、糖类抗原199(CA199)等也可辅助诊断肝癌。临床上常联合检测血清和腹水AFP、CEA和CA199以提高肝癌诊断的阳性率。良性病变和妊娠时,AFP亦可升高,但一般在200ng/ml以下。

(医学指导:广东省妇幼保健院检验科主任技师 穆小萍)