■编辑/郑颖璠 ■制作/吴文敬
电话:(010)64622321
E-mail:zhengyingfan@126.com

脂肪肝和肝癌 相关度究竟有多高

首都医科大学附属北京地坛医院肝病中心 谢 雯 王京京

拿到体检报告,看到脂肪肝的诊断时多数人会小小地郁闷片刻,随后该吃吃该喝喝,一切照旧。然而,如果非酒精性脂肪肝与肝癌扯上关系,问题就严重了。为明确非酒精性脂肪肝与肝细胞肝癌之间的关系,近些年国内外学者做了不少研究。

脂肪肝人群 肝病病死率高

目前有大量证据表明当单纯性脂肪肝(NAFL)发展至非酒精性脂肪性肝炎(NASH)时,疾病可进一步向肝纤维化、肝硬化进展,其中NASH可能是大部分隐源性肝硬化(CC)的原因,最终可演变为肝细胞肝癌(HCC)。尽管非酒精性脂肪性肝病(NAFLD)、单纯性脂肪肝、非酒精性脂肪性肝炎患者首要死因为心血管病,但近年研究显示,NASH患者因肝病死亡的比例正在增高。

在世界范围内,NAFLD的患病率在9%~37%。近年来我国的NAFLD患病率明显上升,我们在北京市进行的流行病学调查显示,北京市成人脂肪性肝病患病率已达31%,在肥胖者中脂肪性肝病的患病率高达67.4%,显著高于体质指数正常人群。

前瞻性队列研究发现,NAFLD患者(包括不明原因血清谷丙转氨酶和γ-谷氨酰转肽酶增高者)预期寿命缩短,死因主要为恶性肿瘤、动脉硬化性心血管病和肝硬化。NAFL患者全因死亡率并不显著低于NASH,但后者肝病病死率较对照人群显著增加。

两种疾病 有相同高危因素

国内外指南一致认为,NAFLD是胰岛素抵抗和遗传易感性密切相关的获得性代谢应激性肝损伤,肥胖、血脂紊乱、糖尿病和代谢综合征是肯定的危险因素。

除肥胖、血脂紊乱、糖尿病和代谢综合征等高危因素外,我们的流行病学调查还特别提示脂肪性肝病与腰臀比明显相关,提示腰围大于臀围的苹果型身材,也就是内脏脂肪堆积是脂肪性肝病的重要相关危险因素。与超重和全身体脂含量增加相比,体内脂肪分布类型对胰岛素抵抗、糖脂代谢紊乱以及脂肪肝的影响更重要。腹部内脏脂肪含量增加所代表的内脏性肥胖比皮下脂肪含量增加(外周性肥胖)更能反映脂肪肝的有无及其严重程度,腰臀比比BMI更能说明健康状态。

不断出现的证据已经确定多种HCC的独立危险因素,包括肥胖、糖尿病、铁沉积等。事实上,这些因素同样会增加患者发展为NASH的风险,进而导致NASH相关肝硬化。而既往研究已经确定HCC可由慢性肝病发展而来,包括HBV、HCV以及酒精性肝病相关的肝硬化,提示肝硬化是HCC最重要的独立危险因素。

Bugianesi等人对641位HCC患者的研究显示,隐源性肝硬化占6.9%,且该部分患者患糖尿病及肥胖的比例明显高于酒精和病毒性肝炎肝硬化患者。鉴于NAFLD被认为是代谢综合征在肝脏的表现,提示NAFLD、NASH、CC、HCC之间存在着一定的联系。

慢性炎症 或推动疾病转化

长期慢性肥胖使机体处于一种低度慢性炎症状态,炎症因子的持续产生及信号转导通路的异常为慢性肝病向肝硬化和肝癌的发展提供了一个有利的微环境。慢性炎症是HCC起始的必要条件,慢性炎症状态下炎症细胞因子持续释放,促进活性氧自由基和一氧化氮活性产物的产生,诱导DNA损伤导致基因突变,从而能使细胞发生恶性转变。研究证实慢性炎症引起的氧化应激状态同样能增加乙肝及丙肝相关性HCC的风险,

目前,相关信号通路的研究方兴未艾,但确切机制尚待明确。

应对措施 NAFLD应定期监测

中国NAFLD防治指南建议,对于存在代谢危险因素的患者,除需评估心、脑、肾等器官有无损伤外,应常规检测肝功能并做上腹部超声检查,推荐NAFLD患者每半年测量体重、腰围、血压、肝功能、血脂和血糖,每年做包括肝脏、胆囊和脾脏在内的超声检查;建议根据患者实际情况并参照指南筛查恶性肿瘤、代谢综合征相关终末期器官病变和肝硬化并发症。

对NASH患者,应注重血管和肿瘤风险,建议NASH肝硬化患者根据相关指南筛查胃食管静脉曲张和肝细胞性肝癌,强调定期评估NAFLD/NASH患者代谢性因素和心血管风险的重要性,并根据患者实际情况筛查肝外恶性肿瘤。

科技文萃

新组合 可评价膀胱代偿能力

膀胱出口梗阻(BOO)可引起膀胱收缩功能代偿性增强,而长期存在的BOO,又可导致膀胱收缩功能因失代偿而下降。目前尚缺乏有效评价膀胱代偿功能的方法,多用残余尿量(PVR)增加作为经验性指标。北京积水潭医院泌尿外科刘宁等尝试应用排尿功率及膀胱收缩指数(BCI),建立一种评估膀胱代偿状态的方法。

BCI为逼尿肌的最大收缩强度,代表膀胱瞬间收缩的能力;排尿功率表示整体排尿期的平均做功情况,代表膀胱平均收缩的能力,二者联合应用可以同时体现膀胱瞬间收缩与平均收缩的能力,是较为合理的方法。通过回顾性分析124例行尿动力学检查患者的临床资料。研究者发现,联合排尿功率与BCI两项指标,可以清晰区分膀胱收缩功能状态,对判断膀胱代偿功能很有意义,特别是临界失代偿的诊断更具临床意义。

研究者认为,排尿功率联合BCI,对膀胱代偿功能的判断优于PVR,但后者作为简单方便的经验性指标,仍具有重要意义。

摘自《中华泌尿外科杂志》

术前查体 能评估腘动脉损伤

动脉损伤严重危及肢体安全,是截肢率最高的血管伤。在腘动脉损伤发生早期,常因为缺血症状不明显而导致误诊和漏诊。临床中,对于腘动脉损伤后是否行保肢手术,在什么条件下行保肢手术,尚缺乏统一认识。传统观点认为时间是决定腘动脉损伤预后的关键因素,而对于肢体缺血损伤程度与腘动脉损伤预后的关系探讨较少。为此,第四军医大学西京医院创伤骨科赵广乐等回顾分析了本院259例腘动脉损伤患者资料,通过术前查体将患者进行缺血损伤程度分级,并探究其对腘动脉损伤预后的影响。

研究结果发现,损伤后肢体缺血时间、侧支循环和组织缺血耐受程度等,多个因素共同决定了患肢缺血损伤程度,在临床工作中不能依靠单一因素来决定是否进行保肢治疗。研究者参考肢体缺血损伤程度Rutherford分级,根据临床体格检查结果,将肢体缺血损伤程度由轻至重分为4度。依据这一分度,医生能更准确地判断腘动脉损伤,并选择更为合适的治疗方案。

摘自《中华创伤骨科杂志》

肥厚型心肌病 需多学科联合诊治

由第四军医大学西京医院超声科牵头,联合该院心血管内科、心血管外科、麻醉科等13个科室,成立了全国首个"肥厚型心肌病多学科诊治与遗传咨询中心"。

肥厚型心肌病是一种常见的遗传性心血管疾病,是青年人和运动员猝死的首要原因。由于其诊疗涉及多个学科,每年有大量患者因得不到及时诊断和规范化治疗而结束生命。新成立的肥厚型心肌病多学科诊治与遗传咨询中心,将充分发挥医院多学科优势,对肥厚型心肌病患者和其亲属开展早期筛查和多学科联合会诊,制定个性化防治和诊疗方案。由超声科刘丽文主任牵头成立的诊治团队,此前在国际上首次提出肥厚型心肌病表型由心肌肥厚和心律失常两类基因突变共同导致,提示需同时筛查致肥厚型心肌病基因和致心律失常基因。 (韩 薇 罗政锋)

猩猩被弃荒岛30年 实验动物引人关注

40岁的猩猩 Ponso是象牙海岸21只被弃猩猩中唯一的幸存者,在孤独生活数年后,终于等来救助人员。图为见到救助者时,Ponso激动地主动拉手表示感激。据悉,1983年,美国纽约血液中心在利用Ponso和它的同伴完成医学实验后,将它们遗弃在一座孤岛上,至今只有Ponso在附近村民的救济下得以存活。2015年一些动物爱心人士发起行动,希望将Ponso和更多曾经的实验动物送到保护区。

东方IC供图

护士也出专家门诊

——记山东省立医院蓬勃发展的专科护士队伍

焉 然 李长安

从1897年山东省立医院屹立在齐鲁大地那天起,省医护理至今已走过一个多世纪的春秋岁月。省医护理人栉风沐雨,砥砺前行,在坚持"人本医疗,患者至上"的服务历程中追求着卓越,护理服务质量逐年上升,现已成为省内一流、国内知名的护理团队。

5月12日是国际护士节,在这个全世界护理人员的共同节日里,让我们走进山东省立医院护理团队中的一个特殊群体:她们虽然是护士,却可以坐专家门诊;她们不仅在治疗护理上具有不可替代性,而且是医生临床和科研的得力助手。

今日出诊,专科护士。

伤口造口专科护理 "造口人"生活中的阳光

为挽救直肠膀胱病变患者的生命,医生会通过手术切除病变部位,然后在患者腹部一侧开一个口,称为造口。患者出院后需在造口处粘贴一个袋子装排泄物。医学上称这类患者为"造口人"。

不管春夏秋冬,不管是工作还是生活,造口人都要随身带着一根管子、一个袋子,造口的合并症及其他不便之处,让造口人承受着生理和心理的双重痛苦。

"两年前刚做完造口手术那会,整个人感觉非常崩溃,对什么都没了信心。"山东省立医院门诊大楼四楼伤口造口专科护理门诊诊室内,造口人刘先生说起当时的经历,眼眶闪着泪光。"是医院专科护理门诊的护士让我重拾生活的信心,她们从换药到讲解指导都非常专业,说的话都让我心里很舒服。"刘先生满脸笑容地说:"谢谢你们像儿女一样精心护理,不然我真的不知道自己能不能坚持下去,我现在能这么快乐地生活,要给你们记头功。"

接过刘先生送来的鲜花和锦旗,国际伤口造口治疗师陈淑雷也很激动。"每次出门诊都会有刘先生一样的患者,和我们说一声'再见',从此步入正常人的行列。作为一名伤口造口专科护士,每每看到患者在我们精心、专业的护理下重拾尊严,勇敢乐观地面对生活时,我真为他们高兴,同时也为这个专业感到自豪和骄傲!"陈淑雷说。

从前,门诊出诊都是医生的事情,如今专科护士也可以接诊了。伤口造口专科护士陈淑雷已习惯每周四上午早早来到诊室,耐心细致贴心地对待每一名伤口造口患者。

早在2010年,山东省立医院护理系统就开始探索专业化的伤口造口专科护理。2011年,她们有了第一位国际伤口治疗师,随后在充分了解患者需求的基础上,开设了伤口造口护理专科门诊。在这里,造口患者可以得到专业的护理、治疗、康复及指导,同时还避免了医疗专家资源短缺带来的就诊困难,可谓多方受益。

如今,5年的时间过去了,山东省立医院组建起一支高精尖的伤口造口专科护理团队,共有国际伤口治疗师1名、国际造口治疗师4名、院内伤口造口专科护士35名,遍布医院30多个临床科室。5年来,伤口造口门诊累计诊疗患者近6.5万人次,收到表扬信、奖杯、锦旗无数,还多次接待院外同仁参观、进修。

PICC专科护理 让置管患者免受二次伤害

在山东省立医院中心院区与东院区各有一间这样的诊室,在那里坐诊的虽然不是医生,但每逢门诊日全天人满为患。在那里,患者都有一个共同的特点:肘窝或锁骨处都固定着一根软管,他们都是PICC置管患者。

专家通俗地解释,PICC是指经外周静脉穿刺置入中心导管,即利用导管从外周手臂(或其他地方)的静脉进行穿刺,导管直达靠近心脏的大静脉。对一些需要化疗的肿瘤病人等,通过这种方式可以减少药物对外周浅静脉的刺激,减少静脉炎及外渗的发生,顺利完成治疗周期。同时,这避免了反复穿刺静脉给患者造成的痛苦,提高了生活质量,降低了治疗费用。

2003年,医院护理系统着手开展PICC置管技术,恶性肿瘤、终末期肾病、复杂外伤等外周血管损伤严重患者得到了专业的护理,使得治疗能够顺利进行,成功摆脱了困扰。2011年,医院先后在中心院区和东院分别建立了PICC专科护理门诊。

如今,PICC团队共有国家级及省级PICC专科护士35名、院内PICC维护专科护士70余名,每年门诊患者6500余人次,院内外会诊近百余次,由其开展的塞丁格穿刺技术、超声引导下PICC穿刺技术、心电引导下PICC穿刺技术等新技术更是给广大患者带来福音。

"他们都是来维护的PICC置管患者,有些是在我们医院治疗的患者,还有一些是慕名而来,大家来到这里,是出于对我们的信任,我们有理由也必须对他们负责。"中心院区PICC诊室负责人孙迎红是肿瘤科护士长,也是一位有着十余年工作经验的资深PICC护理专家。

孙迎红护士长说,作为山东省龙头医院,一直以来他们都为致力于全省各级医院同步发展为己任,以期让患者能享受同等水平的护理服务。2012年~2014年,山东省立医院先后开展9期静脉输液质量控制暨PICC操作专题培训班,共为全省培养PICC专业技术资质人员595名。

2015年"世界造口日"山东省立医院义诊活动现场

疼痛指示钟评估

"我们负责穿刺和维护的PICC,一定确保它从治疗伊始至治疗结束都能高质量使用,不让患者遭受二次伤害"。这是PICC专科护理团队铭记在心中的誓言,也是他们一直以来兢兢业业恪守的护理服务标准。

蓬勃发展的专科护理 用专业给患者勇气和尊严

在开设伤口造口、PICC等专科护理门诊的基础上,山东省立医院又先后成立了糖尿病护理门诊、孕期保健门诊、腹膜透析门诊等多个专科护理门诊。一个个专科护理门诊的开设,赢得了广大患者的一致好评和医生同行的高度认可,专科护士的作用也越来越受到重视。

据介绍,所谓专科护士,是在护理专业化进程中形成和发展起来的高级临床护理工作者,需要有专业执业资格。专科护士在治疗护理、健康咨询、心理疏导、社区保健、家庭护理等方面发挥着非常重要的作用,还是医生在临床、科研、教学方面的得力助手。

为满足广大患者的健康需求,山东省立医院护理团队紧跟国内外护理发展形势,早在2004年,就选派优秀护士参加中华护理学会危重症专业护士培训,医院危重患者的护理开始走上了专业化道路。之后,医院专科护士队伍不断壮大,糖尿病、急诊急救、手术室、疼痛、VTE、营养支持等专科护士陆续加入。如今,越来越多经过专业训练的护理人员开始"持证上岗",为患者提供高质量、专业化的护理服务。

专科护士拥有自己的门诊,已成为山东省立医院优质护理的一大特色。部分专科护理门诊年均门诊量近万人次。专科护士们为前来就诊的患者及家属解决各种护理问题并提出专业的指导和建议。她们有属于自己的"粉丝"群体:四期压疮患者、术后切口不愈患者、PICC置管患者……她们娴熟精湛的技术让患者佩服,温馨暖人的话语让患者舒服,耐心敬业的态度让患者敬重、信服,每接诊一名患者,就多了一名忠实"粉丝"。他们的关系是护患,但更像家人,患者康复是专科护士和患者共同的目标。

山东省立医院护理部主任李振香谈到专科护士时,言语中流露着骄傲:"他们做得非常好,用自己的专科技术为患者提供科学的护理,用自己的理论知识教给患者自我管理的能力,以一个医者的身份去安慰和关怀,维护了他们的尊严,给他们生活的勇气。从这个角度讲,他们比一般护理人员更加体现了护理专业的价值。"

优质护理没有终点 护患共筑精彩人生

患者出院不是专科护士们服务的终点。山东省立医院的专科护理队伍不断将优质护理服务延伸到院外,让专科护士与患者携手共筑精彩人生。

"造口人联谊会"是伤口造口专科护理团队开展的一项公益活动,每季度举办一期,为广大造口患者提供造口护理健康教育、心理疏导,至今已举办20余期,受众千余人次。她们构建的"医院—社区联动造口延续护理模式"荣获中国造口伤口失禁科研基金项目一等奖。微信群"山东省立造口护理"更是利用网络便利让更多的人享受到了护理服务延伸的温暖。

医院在每年"世界造口日"都会开展大型义诊活动等一系列优质服务举措,这让患者切实享受到了专业的就医体验。她们的努力与成绩吸引了中国医师协会的目光,2016年3月,中国医师协会"创面治疗师培训基地"落户山东省立医院,首批60余名来自全国各地学员的顺利结业,众位学员对所学所见的一致称赞,也是对她们付出的最大褒奖。

其他的专科护理团队也开展了多种多样的延伸护理服务:"天使健康行""急救技能知识宣讲""疼痛的家庭管理""关爱生命、关注血栓",专科护理团队的延伸护理服务走进社区、走进家庭、走进每一位患者的身边……

在当前护理多元化发展的趋势下,在未来护理大发展的浪潮中,专科护士一定会以其独特的优势勇抓机遇,势如破竹般崛起,给护理带来新的活力与希望。

"服务永无止境,我们力求让自己更加专业,治愈一切横亘在幸福道路上的伤口。"伤口治疗师陈淑雷隐藏在心底的愿望也许在不久的将来就会实现。