



一到夏天,海鲜拼盘、海鲜自助加啤酒,听到都觉得巴适。但是有人说,“之前做过甲状腺肿瘤切除,海鲜这些是不能吃的。”那到底能不能吃呢?我们来听一下专业医生的回答。

甲状腺癌患者能不能吃海鲜?

■ 王朝晖 李超

问:“医生,做了甲状腺肿瘤切除后,真的不能吃海鲜吗?如果只切了一部分甲状腺,也不能吃吗?”
答:甲状腺癌患者没有特殊饮食禁忌,也不用特别强调忌海鲜,但是做了碘131(碘131可以通过释放粒子的特性对甲状腺细胞产生杀伤作用)治疗的患者除外。同时,在平时饮食中要注意忌烟酒、油腻、油煎、辛辣刺激性食物,火

锅、串串等不能吃就尽量不吃,还要减少外出就餐的次数。
如果甲状腺癌患者的手术是腺叶切除,残余的非肿瘤侧甲状腺腺叶伴有桥本氏病,可以考虑低碘饮食,不要吃海带、紫菜等高碘食物即可,其他海



产品(如:带鱼、虾、海鱼等)可以适量吃。

问:“体检报告说我有点微甲亢,那我能不能吃海鲜呢?”

答:有甲状腺功能亢进、甲状腺炎、碘过敏体质者应避免补碘,可吃非碘盐。甲亢患者还应减少食用含碘高的食物,如海鲜、海带、紫菜等,最好是不食用,以免病情恶化。

问:“那正常人不吃这类食物,是不是就预防了甲状腺疾

病呢?”
答:不可以预防。如果甲状腺功能正常,是完全没有必要“避碘”,因为甲状腺结节与食用碘盐关系不大,正常健康饮食就行。
此外医生特别提醒:如果刚接受了碘131治疗,由于碘131治疗可能造成涎腺损伤和局部放射性炎症,患者往往会出现津液不足、咽干不适、皮肤干燥等症状。此时宜多喝水排尿,并且多食用一些滋阴生津的食品;还应该多摄入维生素C丰富的食物;碘131治疗期间禁食辛辣、油腻和热性食物。除了注意的饮食之外,还应该坚持锻炼,保持心情乐观,避免熬夜。只有让自己的生活习惯转变为“健康模式”,才能远离癌症。
(作者单位:四川省肿瘤医院)

科学认识肾积水

■ 陈玲



梗阻可出现典型的肾绞痛或较明显的腰痛。有个别患者虽发生急性双侧性梗阻或完全梗阻,但并不感到疼痛。儿童人群肾积水常表现为腹部肿块,上腹部突发剧烈疼痛或绞痛,继之有多量小便;当疼痛缓解则肿块缩小甚至消失。

肾肿大与腹胀:慢性梗阻可造成肾脏肿大或腹胀,但并不一定有其他症状,而长期梗阻者在腹部可触及囊性肿块。一般的肾积水肿块,无触痛,质不硬,表面光滑无结节;并发感染时则出现疼痛、触痛及全身性感染等症状和体征。

血尿:上尿路梗阻很少引起血尿,但在肾绞痛的同时出现血尿,则梗阻原因可能为结石或肿瘤。在部分梗阻的病例,当绞痛出现后尿量增多,则表现为间歇性梗阻,并可产生血尿。在有继发感染时也可伴有血尿或脓尿。

多尿和无尿:多尿在慢性梗阻导致的肾功能损害中比较多见,而双侧完全性梗阻、孤立肾或仅一个肾有功能者完全梗阻可发生无尿。部分梗阻时尿量可大于正常,主要表现为明显的多尿,而肾结石如间歇性阻塞肾盂时,可出现间歇性多尿。在多尿时,伴有腹胀或腹痛缓解。

继发性顽固性尿路感染:梗阻的尿路一旦继发感染,常很难治愈,易复发,发作时常有畏寒、发热、腰痛,并会延伸至下尿路形成膀胱刺激征。
(作者单位:四川省泌尿外科医院)

大家应该都听过肾结石、肾囊肿、肾衰竭,但对于肾积水,你了解多少呢?

肾积水,是指肾盂和肾盏异常扩张的状态,可以与梗阻有关,也可以独立存在。由于原发病因、梗阻部位、梗阻程度和持续时间不同,肾积水的临床表现也不一样。多数患者可全无症状,发生部位可为单侧或双侧,并可出现于各个年龄段。肾积水的治疗应根据梗阻的病因、发病缓急、梗阻的严重程度、有无合并症以及肾功能损害情况等综合考虑。肾积水系尿路梗阻所致,故最根本的治疗措施是去除病因,肾功能损害较轻者常可恢复。

肾积水,可分为无症状肾积水和有症状肾积水。

无症状肾积水。指处于静止状态的肾积水,可多年而无表现症状,直至发生继发感染及造成邻近器官的压迫症状才被发现。

有症状肾积水常见临床表现。
疼痛:腰部疼痛是重要症状。在慢性梗阻时往往仅表现为腰部钝痛,症状并不明显。大多数急性

屠呦呦团队宣布重大创新突破

针对近年来青蒿素在全球部分地区出现的“抗药性”难题,屠呦呦及其团队经过多年攻坚,在“抗疟机理研究”“抗药性成因”“调整治疗手段”等方面取得新突破,于近期提出应对“青蒿素抗药性”难题的切实可行治疗方案。

自屠呦呦发现青蒿素以来,青蒿素衍生物一直作为最有效、无并发症的疟疾联合用药。然而,世卫组织最新发布的《2018年世界疟疾报告》显示,全球疟疾防治进展陷入停滞,疟疾仍是世界上最主要的致死病因之一,“在2020年前疟疾感染率和死亡率下降40%”的阶段性目标将难以实现。究其原因,除对疟疾防治经费支持力度和核心干预措施覆盖不足等因素外,疟原虫对青蒿素类抗疟药物产生抗药性是当前全球抗疟面临的重大技术挑战。

屠呦呦认为,要想破解“青蒿素抗药性”难题,就必须搞清楚青蒿素的作用机理。经过三年多科研攻坚,屠呦呦团队在“抗疟机理研究”“抗药性成因”“调整治疗手段”等方面终获新突破,提出新的治疗方案:一是适当延长用药时间,由三天疗法增至五天或七天疗法;二是更换青蒿素联合

疗法中已产生抗药性的辅助药物,疗效立竿见影。
国际顶级医学权威期刊《新英格兰医学杂志(NEJM)》近期刊载了屠呦呦团队该项重大研究成果和“青蒿素抗药性”治疗应对方案,引发业内关注。

在“青蒿素抗药性”研究获新突破的同时,屠呦呦团队还发现,双氢青蒿素对治疗具有高变异性的红斑狼疮效果独特。

国家药品监督管理局《药物临床试验批件》显示,由屠呦呦团队所在的中国中医科学院中药研究所提交的“双氢青蒿素片剂治疗系统性红斑狼疮、盘状系统性红斑狼疮的适应症临床试验”申请已获批准。昆药集团股份有限公司作为负责单位开展临床试验。

屠呦呦说:“青蒿素对治疗红斑狼疮存在有效性趋势,我们对试验成功持谨慎的乐观。”

据了解,临床试验一般共三期,一期已经执行,从目前情况看,志愿患者没有发生非预期不良事件。二、三期试验样本量更大,至少还需7到8年。若试验顺利,预计新双氢青蒿素片剂或最快于2026年前后获批上市。
(任民)

《武侯区城乡环境综合治理中心项目环境影响报告表》第二次环评公示

(公开征求意见)

《武侯区城乡环境综合治理中心项目环境影响报告表》(征求意见稿)已基本编制完成,即将报送环境保护行政主管部门进行审查,按照相关规定,现向社会公众进行第二次公示,具体内容如下:

- 一、建设项目名称及概况
项目名称:武侯区城乡环境综合治理中心项目
项目概况:城乡环境综合治理中心项目选址于武侯区南桥村五、六组,主要建设垃圾压缩转运中心及其配套用房。其中,垃圾压缩转运中心为全地下式建筑(地下2F),主要包含日处理垃圾量2000t的压缩中转站、日处理污水量(渗滤液)300t的污水(渗滤液)处置中心,地上建设为坡地城市公园;附属用房主要包括城市管理和环卫管理用房、指挥调度中心、污水检测和处理站、固体废物检测室、环卫科普教育基地、配套地下停车场等附属功能。
- 二、征求意见稿的范围
武侯区城乡环境综合治理中心项目所在地(武侯区南桥村五、六组)的周边常住公众及单位。
- 三、环境影响报告表(征求意见稿)全文的网络链接 <http://cdwhzjbt.com/newshow.aspx?mid=87>
- 四、公众意见表的网络链接 <http://cdwhzjbt.com/newshow.aspx?mid=87>
- 五、公众查阅纸质报告表和提出意见的方式及途径
(一)查阅纸质报告表方式及途径
《武侯区城乡环境综合治理中心项目环境影响报告表》(征求意见稿)分别存放于建设单位和环评单位,欢迎前来查阅。
(二)公众提出意见的方式及途径
公众可通过电话、信函、电子邮件等方式,在公示期内将填写的公众意见提交给建设单位或环评单位,反映与本项目环境影响有关的意见或建议。公众提交意见时,应当提供真实有效的联系方式,以便我们根据需要进行反馈。对公众提交的相关个人信息,未经允许不会公开(法律法规另有规定的除外)。
建设单位和环评单位相关信息如下:
建设单位:成都武侯资本投资管理集团有限公司
地址:成都市武侯区武科西五路360号
联系人:陈华;电话:13084459519;E-mail:282615028@qq.com
环评单位:内蒙古川蒙立源环境科技有限公司
地址:高新区天府大道中段1388号美年广场A座337
联系人:林楠;电话:18302858741;E-mail:1366115736@qq.com
六、公示的起止时间
2019年6月11日-2019年6月24日。
单位:成都武侯资本投资管理集团有限公司

夏天吃“苦”,小心中毒!



中医理论认为,大部分苦味物质能够清热解毒、降火祛暑,因此苦味食物在夏天格外受大家喜爱。不过,并不是什么“苦”都能吃,吃错了容易引起中毒甚至有生命危险。

吃“苦”不慎,容易中毒

很多人过于迷信在夏天吃苦的好处,认为夏天吃苦多多益善,只要是苦的食物就都是对身体好的,这其实是一个很大的误区。几乎每年都会发生“吃苦”中毒的事件,如2016年,姜阿姨在菜市场买了丝瓜炖鸡汤,吃的时候发现丝瓜很苦,仍坚持吃完,结果导致一家三口上吐下泻,被紧急送往医院抢救;2016年5月,广西省钦州市钦南区发生两起食用苦南瓜导致的食物中毒,患者出现恶心、呕吐、腹泻等症状等。在众多的中毒案例中,食用发苦的瓠子和丝瓜引发中毒的尤其多。

吃苦丝瓜为何会中毒?

丝瓜大家都吃过,炒菜、煮汤都是不错的选择。正常的丝瓜味道通常是不苦的,食用后也不会引起中毒。但是,有的丝瓜味道却是苦的。这时你就要小心了,苦丝瓜可能使人中毒。苦丝瓜与普通丝瓜长得很像,从外表长相上人们很难区别,但苦丝瓜却含有一种碱糖甙生物碱,加热后也很难去除,如果不小吃了,通常在半小时至数小时内,就可出现中毒症状。轻者口干、头昏、恶心、乏力、嗜睡,重者恶心、呕吐、腹胀痛、腹泻、脱水、便带脓血,严重的还有性命之忧。

如何预防中毒呢?

说起来也比较简单,只要味道是苦的,就别吃了!要知道,植物中的生物碱通常都有比较强的苦味,这些生物碱对于植物自

己来说,其实是一种自我保护。它能防止害虫叮咬,防止动物食用。所以,大家在吃的时候如果发现特别苦,最好就不要吃了。

还有哪些植物要小心?

生物碱普遍存在于各种植物中,所以跟苦味丝瓜类似的植物有很多,我们在日常生活中需要对这些植物有所注意。

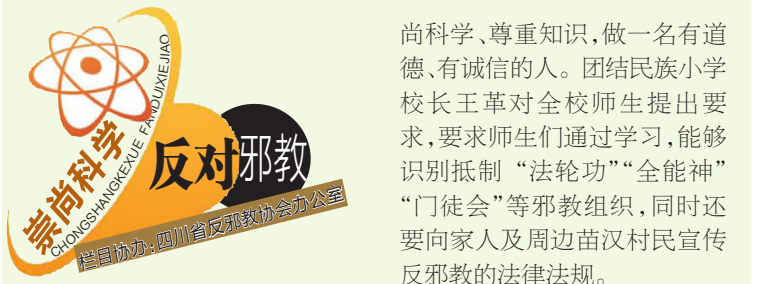
发芽土豆。完整良好的土豆内只含有微量的龙葵素(糖苷生物碱的一种),但是由于贮存不当而引起发芽或皮肉变绿发紫时,龙葵素的含量显著增加,其中发芽部分由0.5%提高到4.76%,增加近10倍,而霉变的薯块也可达0.58%~1.84%。虽然加热和醋酸可以在一定程度上破坏龙葵素,但是毒量太大还是会有所残留。

鲜黄花菜。鲜黄花菜中含有一种“秋水仙碱”的物质,它本身虽无毒,但经过肠胃道的吸收,在体内氧化为“二秋水仙碱”,则具有较大的毒性。这种成分在温度60摄氏度时可减弱或消失,因此食用时,应先鲜黄花菜用开水焯过,再用清水浸泡2个小时以上,捞出水洗净后再进行炒食。

生豆角。豆角和其它豆类蔬菜一样,都含有皂角和植物凝集素,这两种物质对胃黏膜有较强烈的刺激作用,并对细胞有破坏和溶血作用。不过它们也可以在加热后被破坏,所以在食用时进行充分的加热就可以了。

青西红柿。青西红柿中也是含有龙葵素,不过跟土豆比起来,它的含量要低的多,只有一次性吃2千克才会达到中毒剂量。但是青西红柿有很涩的味道,口感也不好,还是吃鲜嫩多汁的成熟西红柿吧。
(成都市场监管局)

兴文县反邪教宣传实现民族地区全覆盖



尚科学、尊重知识,做一名有道德、有诚信的人。团结民族小学校长王革对全校师生提出要求,要求师生们通过学习,能够识别抵制“法轮功”“全能神”“门徒会”等邪教组织,同时还要向家人及周边汉村民宣传反邪教的法律法规。
据了解,兴文县把民族地区反邪教宣传作为重点。先后国际苗族花山节、借助国际苗族花山音乐节等大型活动宣传反邪教知识,还深入全县苗族乡(村)、民族中小学、民族幼儿园等基层学校,利用苗族乡赶集、进村社积极开展专题讲座、召开院坝会、农户下田间等方式开展反邪教宣传,实现了兴文县反邪教宣传在民族地区全覆盖。
(省反邪教协会供稿)