

社区科普



科学应对化疗所致的恶心呕吐

(二)

文彦



随着化疗次数的增加,预期性恶心呕吐的发生率有增加的趋势。预期性恶心呕吐一旦发生,治疗较为困难,所以最好的治疗是预防恶心呕吐的发生。

1. 预防为主。在化疗开始前,医生会充分评估患者呕吐发生的风险,制定适合的预防呕吐方案:

◎要遵医嘱用药,尽量每一次化疗都控制好急性和迟发性恶心呕吐的发生;

◎可进行肌肉放松训练等,缓

解恶心呕吐症状;

◎用辅助药物来降低预期性恶心呕吐的发生(如苯二氮卓类、阿普唑仑、劳拉西泮、奥氮平等)。常见的预防用药方案:5-羟色胺受体拮抗剂(如昂丹司琼类、格拉司琼等)+糖皮质激素(地塞米松)+NK-1受体拮抗剂(如阿瑞匹坦)±劳拉西泮±H2受体拮抗剂或质子泵抑制剂。

2. 养成良好的生活方式也能缓解恶心呕吐,例如适当控制食量,不吃冰冷或过热的食物等。

3. 注意可能引起或者加重患者恶心呕吐的其他影响因素。如,部分或者完全性肠梗阻、脑转移、电解质紊乱、尿毒症、服用阿片类药物、焦虑等。

当然,如果发生呕吐也别慌乱,健康教育放在心上!

◎环境与饮食。病房开窗通风,播放柔和、旋律慢、频率低的轻音乐,鼓励患者阅读、看电视或从事感兴趣的活动,有助于稳定情绪和减轻恶心呕吐症状。化疗期间,患者的饮食宜清淡,可少食多餐(每日可5~6次),在1天中最不易恶心的时间多进食。进食前、后尽量少饮水;餐后勿立即躺下,以免食物返流,引起恶心;忌酒,勿食甜、腻、辣和油炸

食品;少食含氨基酸丰富的食物,如香蕉、核桃和茄子等。

◎精神心理因素。化疗患者之所以会出现厌食、恶心呕吐症状,很大一部分原因与心理负担较重有关。首先患者要调整好心态;其次告知患者知晓多数抗肿瘤药物对胃肠道黏膜上皮有损害,所以化疗后常有食欲不振、恶心、呕吐等症状。出现反应的时间与病人的体质和所用的化学药物有关,有的药物一开始用就会出现恶心呕吐,有的药物在用后几天开始出现反应,随后逐渐加重,停药后可消失。

◎出现异常情况,一定要及时告知医生、护士,配合处理。

(作者单位:四川省肿瘤医院胸部肿瘤内科)

肾绞痛的病因及特点

周珊珊



◎输尿管外的疾病,压迫输尿管引起梗阻,包括:肠道疾病(如憩室炎)、妇科疾病(如宫外孕破裂出血)、后腹膜疾病、血管疾病(如腹主动脉瘤破裂出血)、胆道疾病等。

肾绞痛的临床症状主要表现为无法忍受的持续性腰部剧烈疼痛,疼痛可向小腹阴囊区、腹股沟、大腿内侧等放射,每次疼痛持续数分钟至数十分钟,甚至数小时,可合并有大汗淋漓、面色苍白、恶心呕吐等症状。肾绞痛若反复发作,可以导致患者的机体功能紊乱,甚至出现休克、脓毒症、肾积水等并发症,造成严重的不良后果。

肾绞痛发作的特点:

◎肾绞痛常在凌晨2点至早7点间发作;

◎疼痛可伴有镜下血尿或肉眼血尿;

◎疼痛常伴有放射痛和胃肠道症状;

◎大约30%~40%患者的家族有结石病史。

肾绞痛发生后应立即前往医院就诊,注意与其他急腹症进行鉴别。治疗上常先使用见效快的药物解痉止痛,诊断明确后,可行体外冲击波碎石或输尿管镜下碎石处理。

(作者单位:四川省泌尿外科医院)

◎输尿管内的疾病,压迫输尿管引起梗阻,包括:肾结石、输尿管结石、输尿管狭窄、输尿管肿瘤等。

肾绞痛的病因:

◎输尿管结石,输尿管结石在肾绞痛病因中所占比例最大。文献报道急性肾绞痛患者血尿出现率达91.7%,尿路结石出现率达90.6%,其中输尿管结石便高达89.6%,是最容易引起肾绞痛的部位。

◎肾炎导致的肾实质受损、肾盂输尿管连接部梗阻、上尿路大量出血亦可引起肾绞痛,但临床上极少见。

科技前沿

通过分析心脏测试结果 人工智能可预测人类死亡风险

据英国《新科学家》杂志网站11月11日报道,美国科学家的一项新研究称,人工智能(AI)可以通过查看某人的心脏测试结果,预测其一年之内死亡的风险——即便医生认为他们正常。但AI如何拥有这项“特异功能”仍是未解之谜。

在此研究中,医疗保健服务提供商盖辛格公司的布兰登·佛恩沃尔特及同事让AI检查了约40万人的177万例心电图(ECG),以预测未来一年内谁的死亡风险更高。为了做到这一点,该团队训练了两种版本的AI:一种AI仅被“喂食”原始ECG数据,其可随时间测量出电压;另一种AI则被“喂食”了ECG以及患者的年龄和性别数据。研究人员使用名为“AUC”的指

标来衡量这两种AI的性能,该指标可以描述模型各方面的表现,区别一年内可能死亡患者和幸存患者。佛恩沃尔特说,结果表明,AI

的得分始终高于0.85分(满分为1分,得分为0.5表示两种AI之间没有区别);而医生目前使用的风险评估模型的AUC的得分介于

0.65~0.8之间。

为进行比较,研究人员还基于医生测量的ECG特征创建了一种算法,但佛恩沃尔特说:“无论如何,基于电压的模型的表现总比根据我们从心电图测量得到数据而创建的模型要好。”

而且,即使心脏病专家认为心电图正常的人,AI也能准确预测其死亡风险。3名心脏病专家分别检查了表现正常的心电图,但无法找出AI检测到的风险模式。

佛恩沃尔特说:“这一发现表明,该模型可能看到了人类看不到的东西,或者至少是我们忽略并认为正常的东西。因此,AI有可能帮我们厘清几十年来我们一直误解的东西。”(据《科技日报》)

社区科普行

栏目|四川省民族科普服务中心 协办|甘孜州科协 阿坝州科协

鼠疫可防可治

鼠疫流行的地区主要在高原藏区。喜马拉雅旱獭(俗称土拨鼠)就是传播鼠疫的主要宿主之一,我省2012年发生的鼠疫病例就是因接触旱獭而感染。相信大家对于呆萌的土拨鼠并不陌生,然而旱獭在我国鼠疫流行史上对人类造成了巨大生命财产损失,它所携带的菌株也是我们国家已发现的菌株中致病力最强,最容易导致死亡的菌株。我省川西北高原均有旱獭分布,虽然并不是所有存在旱獭的地方均有鼠疫,但为了大家的健康,更是为了社会的稳定,请大家不要近距离接触旱獭,更不能捕捉饲养或剥食。

◎鼠疫防控 大众该干什么?

首发鼠疫病人除了从实验室或生物恐怖袭击以外,基本都是从动物当中感染而来。主要通过动物体表感染鼠疫的跳蚤叮咬、剥食过程中通过手部伤口或吸入形成的飞沫造成。所以在平时保持和宿主动物的距离,就保持了和鼠疫的距离。另外野生动物作为一个生物体具有很多自身的传染病,部分可以造成人的感染,所以为了大家健康,请勿近距离接触或食用野生动物。

◎鼠疫能消灭吗?

我们国家曾经尝试过对鼠疫的消灭工作,在当时起到了很好的控制鼠疫流行的作用。但在多年后,动物间疫情仍然重新流行。目前科学界对鼠疫在自然界的保存机制尚不清楚,更无法消灭所有宿主动物,全球也没有有效的疫苗来建立免疫屏障,所以现阶段动物鼠疫是无法消灭的。目前,我们只能通过人为干预将鼠疫控制在很小的范围内,尽量

降低发病风险。

◎当下有发生大规模人间流行的可能吗?

我国具有非常完备的公共卫生体制,历经了鼠疫、霍乱、“非典”的流行以及各种输入性传染病防控的应对,从监测到应急具备非常充足的应对能力。所以,像鼠疫这类疾病的偶然发生虽不可避免,但不具备造成大规模流行的可能性。

◎发达国家有鼠疫吗?

全球鼠疫分布广泛,主要集中在亚洲、美洲、非洲。近年人间鼠疫流行在非洲部分国家较为严重,2017年马达加斯加鼠疫大流行是近年最大规模的鼠疫流行。美国、俄罗斯等国家均有病例报告,疫情均为散发病例。(四川疾控)



标来衡量这两种AI的性能,该指标可以描述模型各方面的表现,区别一年内可能死亡患者和幸存患者。佛恩沃尔特说,结果表明,AI

的得分始终高于0.85分(满分为1分,得分为0.5表示两种AI之间没有区别);而医生目前使用的风险评估模型的AUC的得分介于0.65~0.8之间。

雅安市残联 扎实推进残疾人反邪教教育工作

与意义作了详细介绍。

听取情况介绍后,黄竞跃在讲话中指出,残联工作是一项艰辛的工作,是值得尊敬的工作。雅安市残联能把反邪教工作和残疾人事业发展结合起来,精确找到反邪教与残疾人工作的契合点,是非常具有前瞻性的。在下一步工作中,围绕“崇尚科学,反对邪教”这个主题,省反邪教协会将积极支持雅安市残联,探索有效形式,共同打造在残疾人群体中开展反邪教教育工作融合发展的新模式。(省反邪教协会供稿)

本报讯 为扎实抓好残疾人爱国主义教育和反邪教教育,近日,雅安市残联与四川省反邪教协会就建立残疾人反邪教教育工作融合发展工作机制相关事宜召开座谈会。省科协原党组成员、副主席、一级巡视员黄竞跃出席会议并讲话,省反邪教协会及雅安市残联相关人员17人参会。

会上,雅安市残联党组书记、理事长王华对雅安市加强残疾人反邪教教育工作计划

成都市万兴环保发电厂污泥干化及协同焚烧处置项目环境影响评价公告

根据《中华人民共和国环境保护法》、《中华人民共和国环境影响评价法》及《建设项目环境保护管理条例》、《环境影响评价公众参与办法》等法律法规的要求,现对项目进行第三次报纸公示,有关信息公示如下:

一、环境影响报告书全文链接:
http://gk.chengdu.gov.cn/govInfoPub/detail.action?id=2393814&tm=2

二、公众意见表的网络链接:
http://gk.chengdu.gov.cn/govInfoPub/detail.action?id=239513&tm=2

三、公众可在以上网络链接下载《公众意见表》并通过信函或电子邮件在公示时间内将填写的公众意见提交给建设单位。公众提交意见时请采用实名,提供有效的联系方式。

建设单位:成都市兴蓉再生能源有限公司
联系人:肖女士
联系电话:028-86522969
联系地址:成都市锦江区毕昇路256号中加国际2层
邮箱:296386300@qq.com
四、公示时间:2019年11月20日

2019年11月20日