

春风拂面 话面瘫

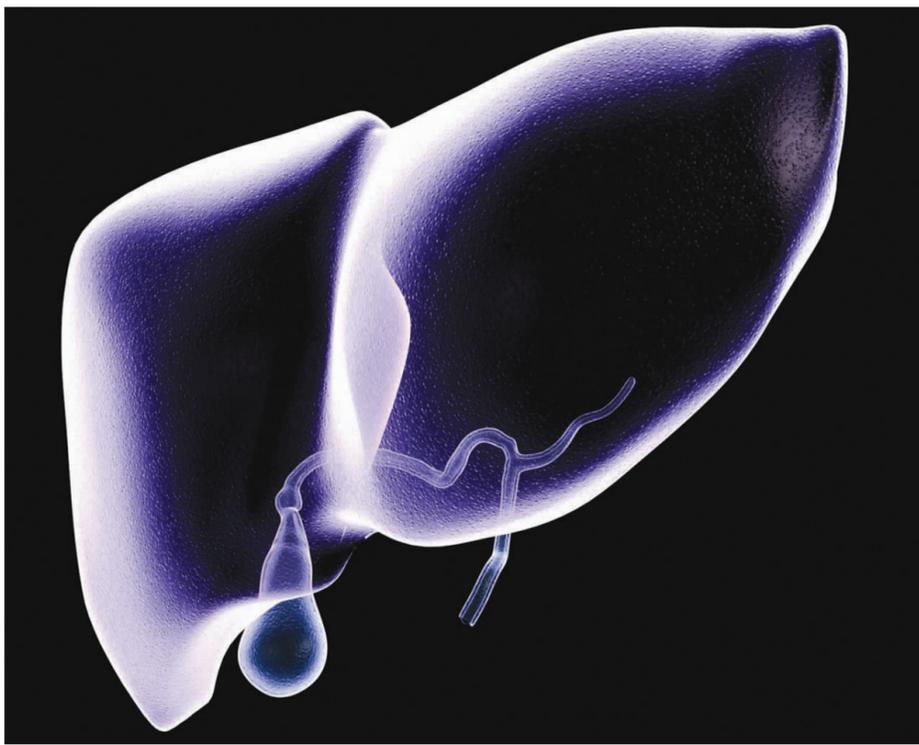
■马兆鑫

春季是面瘫的高发时节。春寒料峭之时，乍暖还寒，早晚温差大，人体的抵抗力较弱，有时经凉风一吹，次日早上照镜子或被人发现“嘴眼歪斜、表情怪异”，这就是面瘫，又称为面神经炎，是一种面神经疾病。

面神经的行程，大部分位于面部颞骨的面神经管内，如果管内的面神经受到炎症刺激或病毒感染等，就会出现水肿，在骨管内嵌顿、压迫，导致面神经的传导功能障碍，面部表情肌失神经支配，从而出现面瘫。

面瘫以周围型面瘫最常见，起病急，多单侧发病。主要表现为：患侧额纹消失，不能抬额、蹙眉，眼睑不能闭合或闭合不全，鼻唇沟变浅，口角下垂，嘴被牵向健侧，不能吹气，鼓腮时病侧嘴角漏气。静态尚好，哭笑时症状尤甚。

面瘫患者可就诊于神经内科、耳鼻喉科、针灸科等，不同学科医生都会给予相应的治疗。对于早期面瘫患者，大多主张药物及综合（针灸、理疗）治疗。经抗炎、抗病毒、营养神经和激素等药物综合治疗，一般2周左右面瘫症状便可改善。



寻找肝病治愈的路径

■张文宏

慢性丙型肝炎：已成为可治愈的疾病

我国一般人群慢性丙型肝炎（HCV）感染者约560万，再加上高危人群和高发地区的HCV感染者，估计我国有HCV感染者1000万例。如果不进行治疗，这些患者将逐渐进展到肝硬化和肝癌，造成严重的后果。可喜的是，在刚刚结束的2017年亚太肝病学会年会上，来自世界各国的数据表明：丙型肝炎可治愈已经成为医学上的现实。

丙型肝炎在全球范围内获得治愈归功于医学界的一个突破性进展密切相关，那就是直接作用抗病毒药物（DAA）的成功研发并在临床上获得验证，并使得绝大多数丙型肝炎患者可以获得治愈。然而，这些药物的上市在我国尚未完全落地，好在患者等待的时间已经不会太长，最近今年年底应该会有数种直接作用抗病毒并能治愈丙型肝炎的药物在中国上市。但这并不意味着从此丙型肝炎不再是一个重要的健康问题。病毒虽然已经清除，长期病毒感染带来的严重肝脏损伤，如严重的肝纤维化和肝硬化，甚至肝癌的风险，仍未完全得到清除。因此，慢性丙型肝炎的患者应该及时并定期到医生这里寻找帮助，获得最合理的治愈方案。随着最新治愈丙型肝炎药物上市，丙型肝炎的治疗会变得简单，患者每天只需口服几片药物，3—6个月就可治愈，疗效可达90%以上。但是，其副作用和其他药物的相互作用等等都要医生来深入考虑。为此，不建议病人脱离医生指导进行用药。

目前，我国政府为了能使即将上市的两肝治愈药物可以落地，病人能够支付得起最新最好的治疗方案，正在探讨不同的策略和方法，力争让更多患者早日得到能够支付得起的治疗。但这项任务仅依靠政府是不够的，需要制药企业、学术组织、专业人士、患者和相关人士共同努力，帮助患者能以合适的价格接受治疗。

慢性乙型肝炎：正在成为可治愈的疾病

目前丙型肝炎已可治愈，但乙型肝炎尚无法治愈。不过，乙型肝炎患者可以通过药物来达到长期控制，不但可以保持疾病不进展的状态，而且还可以让肝硬化得到逆转，以有效地预防乙肝相关肿瘤的发生。

在部分经过长期治疗的乙肝患者中，应用免疫调节等治疗新方案，也可以使得部分患者获得乙肝完全转阴，达到临床治愈（表面抗原消失）的状态，从而停止长期用药。虽然当前的医疗手段尚不能使每个患者都能获得临床治愈，但国内外对乙型肝炎的研究进展很快，大量的新药已经处于实验室研究阶段或早期临床试验阶段，预计在10—20年内能找到可以清除乙肝表面抗原，甚至肝脏细胞内储存的乙肝基因，从而实现治愈的目标。

眼下，新药尚处于研发阶段，临床尚处于可治愈乙肝的药物出现之前的一种长期治疗辅助短期免疫调节的过渡治疗方法，即通过长期抗病毒药物的治疗，使体内的病毒载量降低，部分患者在病毒量降低的时候，机体的免疫功能能够得到有效的激活而获得病毒和免疫学的双重效果，可以达到停药的目的，

中国是肝炎大国，乙肝病毒感染者约7000万。日前在沪举行的“2017年第26届亚太肝病学会年会（APASL）”上，中国肝炎防治基金会副理事长杨希忠介绍说，通过接种乙肝疫苗等防控措施，目前我国乙肝病毒携带者数量比1992年减少了3000万。尤其是10岁以下儿童乙肝病毒携带率已大幅下降。如今，中国已不再是乙肝的高流行地区。

根据世界卫生组织（WHO）提出的消除病毒性肝炎全球策略，到2030年，新发慢性乙肝和丙肝减少90%，乙肝和丙肝死亡率降至65%，慢性乙肝和丙肝治疗覆盖80%的患者。

那么，肝病真的能治愈吗？为此，本期特邀复旦大学附属华山医院感染科与肝病中心主任、教授为大家解读肝病那点事。



虽然仍不能清除所有储存在细胞内部的病毒，但至少可以实现停药，病毒复制被控制，病情稳定不发展，肿瘤风险降低的目标。

世界卫生组织提出了到2030年消除乙肝的目标，是指很少有新增的乙肝患者，而现有的乙肝患者绝大多数得到了有效的治疗，从而大幅度降低乙肝相关的肝硬化与肝癌的发生。目前，虽然乙肝的抗病毒药物还比较有限，主要有长效干扰素和核苷酸类似物两大类，在药物选择上要尽量选择抗病毒作用强和耐药发生率低的一线药物治疗，通过长期规范的治疗、随访和监测，就能实现疾病的控制。在此基础上，在合适的患者中再采取有效的治疗方案，进一步获得临床治愈，或者等待将来临床治愈相关新药的问世，最终达到消除乙肝的目标。

目前，不提倡在病情稳定，国家治疗指南上不推荐治疗或推荐暂不治疗的患者进行过度用药，也不支持病人在抗病毒治疗基础上，增加过多的辅助治疗。慢性乙肝的治疗仍应该以抗病毒治疗为核心，并防止病情向肝硬化和肝癌进展作为主要目标。

肝癌已经成为可治疗的疾病

在我国肝癌是位居第三位的癌症“杀手”。2015年中国肝癌新增人数达到46万，占全球新增肝癌人数的一半以上。

谈起“癌王”令人胆寒。然而，与之形成强烈反差的是还有很多患有慢性肝炎、肝硬化的患者不知道自己已经“中招”，不仅没有积极接受抗病毒治疗，反而还在大量饮酒、高脂饮食。肝脏的“本性”非常大气，虽然自身相当复杂精密，但对一些“小毛病”有很强的包容性（因没有痛觉神经），故肝脏又被称作是“沉默”的器官。而肝脏的另一个“本性”是“顽强”，即使仅有30%的肝细胞工作仍能维持日常生活。“沉默”和“顽强”的个性让人们常常忽略了它的存在。即使有了一些早期的预警信号也被理解为胃痛，而丧失了最佳的治疗机会。

其实，肝癌在早期阶段基本没有“癌王”后来的“风采”。肝癌早期是完全可以治愈的，比治疗感冒所用的时间还短一些。对于这些极早期和早期肝癌，通过手术切除和经皮射频消融治疗是可以实现长期生存。因此，对于乙肝和丙肝患者而言，在抗病毒治疗的同时，一个很重要的目标是尽早地接受相关筛选，及时发现已发展成肝癌的患者，尤其是对于年龄大于45岁的男性、病毒载量高等的高风险患者要给予格外的“照顾”。因为，有肝硬化的“土壤”作为基础，随着时间的推移，逐渐会长出“果子（肝癌）”。目前对于高危肝炎人群，推荐到中大医院肝炎和肝病诊治中心接受每3个月的验血（血常规、肝功能、病毒复制、甲胎蛋白）和彩超检查，对于有异常发现的要进行增强的肝脏CT和/或磁共振检查进一步明确。总之，有效的抗病毒治疗、早期发现、手术/射频治疗是提高肝癌治疗疗效的有效手段。

对于中晚期肝癌患者，目前能做的事情也很多，不等同于不治之症。在积极抗病毒治疗的同时，针对肿瘤进行手术切除/射频消融联合肝动脉化疗栓塞（TACE）治疗也能明显提高患者的生存。但是这些综合性治疗不是某一个科室独立可以做到最好的，而是需要各学科的合作。一些领先的医院都已经组建了联合多学科力量的肝癌中心，对肝癌的治疗发动最精准的治疗。

此外，新世纪抗癌战略已出现重大变化，不但要重视肿瘤的切除，还要重视改造机体的内环境。为此，我国著名肝癌专家汤钊猷院士提出了肿瘤的“消灭”和“改造”并举的新思路。通过坚持锻炼、精神愉悦等行为干预，以及适当的药物疗法去改造人体内环境，提高自身的“主动抗癌”能力，使肝癌细胞失去生存土壤。

总之，肝癌的治疗仍面临着诸多的挑战，然而透过重重迷雾，肝癌的有效治疗之路逐渐从模糊到清晰——提高肝炎综合治疗水平，把发现早期肝癌作为肝炎治疗的一个重要目标，早期发现，及时治疗，使肝癌从“不治”到“可治”。

（作者为复旦大学附属华山医院感染科与肝病中心主任、教授；中华感染病学分会常委、秘书长；上海市感染病医师协会会长；《中华传染病杂志》副总编；肝病门诊时间：周一上午；感染门诊：周四上午；肝癌多学科合作门诊时间：周一上午）

求医问药

你有医学健康疑问，我们邀请医学专家来解答。

chenq@whh.cn

问 漱口水能洁齿吗？

答 黎琳
复旦大学附属中山医院青浦分院口腔科医生

眼下，人们对于口腔护理及保健意识日益增加，一些家庭将漱口水列入日常生活必需品。那么，漱口水到底有哪些作用，使用时又该注意些什么呢？

漱口水有三大作用

◆漱口水本身具有的独特香味能让你留下满口清香，一些有杀菌防治作用的漱口水还能起到预防蛀牙和牙周病的功效，能清洁牙刷难以达到的牙缝、牙周间隙等死角，更干净彻底地清洁牙齿。

◆漱口水使用方便，旅行出差，见面重要客户，或是有重要约会之前，只要“喝”上几口漱口水，便可以重获清新口气，在与他人交谈起来时也会更加自信。

◆牙齿脱落的老、不会刷牙的孩子、牙齿过度磨损严重敏感者、全身性疾病者无法通过正常刷牙来清洁口腔的患者、先天性脑障碍患者、手术后行动不便者、牙齿矫正器佩戴者，使用漱

口水是口腔卫生保障的最佳选择。

漱口水使用三个注意事项

1.漱口水不能代替牙刷，漱口水只能作为口腔护理的辅助用品。牙刷最重要的作用是物理摩擦，漱口水无法进行这种摩擦，因此无法除去牙菌斑。

2.治疗型漱口水必须在医生的指导下使用，保健型漱口水在使用前也应向医生咨询。含抗菌成分的漱口水不宜长期使用，否则易引起口腔菌群失调，导致口腔生态环境改变，从而引发口腔黏膜疾病。长期使用含有洗必泰的治疗性漱口水也容易使牙齿及口腔黏膜表面着色，使味蕾的味觉降低，并抑制唾液的分泌，造成口干、灼痛等不适症状。

3.漱口水只能用作口腔含漱，不能吞服，否则易引起不良刺激或中毒。学龄前儿童、妊娠期或哺乳期妇女要慎用治疗型漱口水。

问 儿童斜视要紧吗？

答 乔彤
上海市儿童医院眼科主任

儿童早期是视力发育的关键期和敏感期，只有在良好的环境下视力才有可能正常发育。而发生在儿童早期的一些先天性眼病、屈光不正、弱视和斜视等如未能早期发现，往往会影响到儿童视力的发育，表现出视力低下。

什么是儿童斜视？

斜视是妨碍儿童视觉发育的眼病之一。据统计，在我国儿童斜视发病率约3.1%左右；斜视不仅影响美观而且严重地危害着儿童的身心健康。斜视是指两眼视轴不能同时注视同一目标，仅一眼视轴注视目标，而另眼视轴偏向目标一侧的现象，俗称“斜眼”。斜视有很多种，最常见的是眼球向内偏斜，医学上称为内斜视，俗称“对眼”、“斗鸡眼”。眼球向外偏斜，称为外斜视，俗称“斜白眼”。还有斜度很小，表面不易察觉，而双眼视功能不正常和那些根本没有斜位但双眼不正常的情况。因此，斜视的概念应理解为两眼的相对位置和双眼视功能两方面的异常。

儿童斜视长大做个美容手术即可？

有些家长认为，斜视只是外观不好看而已，其他什么都不影响，长大了做个美容手术就全解决了。这是一种错误的想法。斜视对于儿童的危害远不止对外观的影响。人类的双眼视觉功能是在出生后逐渐发育成熟的，出生后早期是发育的关键期。由于眼位偏斜，双眼不具备协调使用的条件，双眼单视功能不能正常发育，患儿就不能具备良好的立体视觉。不具备立

体视觉功能的人在学习和就业方面会受到很大限制。许多家长面对这种现实，顾虑重重，总觉得孩子太小，希望长大后再做手术。他们不知道，错过了发育期，日后即使做手术矫正再满意，但是周边粗粗的双眼单视功能也难以获得。有些斜视儿童因为视物有重影（复视），常采取歪头、侧脸等代偿头位来克服复视带来的不适，久而久之还会影响儿童脊柱的发育。因此，对儿童斜视应早期发现、及时治疗。只有尽早手术，争取在发育期终止之前矫正眼位，尚有可能得到部分周边融合功能。年纪越小，视功能恢复得越好。

家长如何能发现儿童斜视？

观察儿童有无斜视的方法很简单，让儿童双眼向前看，正常人的两眼在任何时间、任何方向注视都是协调一致的，也是同时的，而且是等量、等速的共同运动。若发现儿童两眼有一眼向内偏斜（内斜）或向外偏斜（外斜），便说明有斜视。发现儿童会有斜视，就要及时到正规医院进行诊断、治疗。

斜视治疗的目的是恢复两眼视功能并获得正常的眼位，以达到功能治疗。对于一些多次手术失败、年龄大小外院不能手术、眼科极为严重，以及合并不上睑下垂或多眼肌麻痹等诊断复杂手术难度高的斜视宝宝治疗方面积累了丰富的诊治经验，可以实现术后无须遮盖以减少宝宝痛苦，通常手术只需住院一天。需要提醒的是，术后的功能训练及随访也十分重要。

食疗药膳方

甲状腺疾病

★五元全鸡

【药食功效】益精补血、养阴益气。适用于精血亏虚引起的甲状腺机能亢进。

【原料】1只(约750g)母鸡，桂圆肉15g、荔枝肉15g、黑枣15g、莲子肉15g、冰糖30g、枸杞子15g。

【制法】将母鸡宰杀去毛及内脏，与桂圆肉、荔枝肉、黑枣、莲子肉同入砂锅内，加入冰糖、盐和清水，上笼蒸2小时，再放入洗净的枸杞子蒸5分钟取出，撒胡椒粉即成。

【服用用量】1日内分两餐服，隔日1次。

★龙眼麦味粥

【药食功效】滋补肝肾，益养心血。适用于心血不足肝阴虚损之甲亢。

【原料】五味子10g、酸枣仁12g、麦冬16g、莲子20g、龙眼肉5g、粳米200g。

【制法】将五味子、酸枣仁捣碎，与麦冬同煮，去渣取汁。莲子去芯，煮至烂熟；将龙眼肉、粳米洗净，加水煮成粥，煮熟时，兑入酸枣仁、麦冬煎液，放入莲子，再煮10分钟即可。

【服用用量】每日分2次服。



★紫菜萝卜汤

【药食功效】理气化痰。适用于地方性甲状腺肿。

【原料】白萝卜250g切丝，陈皮15g、紫菜15g。

【制法】白萝卜切丝，与陈皮、紫菜同放砂锅内，加清水适量煮熟，盐调味。

【服用用量】每日1次服食，可常服。

★紫菜海藻皮粥

【药食功效】清热化痰，软坚消痰。适于单纯性甲状腺肿。

【原料】紫菜10g、海藻皮10g洗净，切碎，糯米100g加水1000mL，海藻皮、紫菜、猪肉末50g。

【制法】紫菜10g、海藻皮10g洗净，切碎，糯米100g加水1000mL煮粥，粥将熟加海藻皮、紫菜、猪肉末50g、调料，煮至粥熟。

【服用用量】每日分2次食用，可常服。

上海市中医医院供稿

