



饮酒加速人体衰老

影响衰老进度条的众多因素里,这个你可能完全没想到:喝酒。

近日,《生物医学中心——公共健康》刊登的一项研究指出,40岁以上的成年人,每日饮酒量与一种抗衰老因子(长寿蛋白)水平呈负相关。饮酒量越多,这种因子水平越低,也就是说,饮酒会加速人体衰老。

湖北中部战区总医院研究团队共采集近1.16万人的数据,发现中度和重度饮酒组的人长寿蛋白水平明显降低。

这种长寿蛋白具有抗衰老的功能,其含量随年龄增长而下降。

上述研究中,在调整了年龄、性别和种族后,酒精摄入量与长寿蛋白水平的关联性仍为显著负相关。

此外,与未饮酒组相比,此前轻度饮酒组和当前轻度饮酒组的长寿蛋白水平也显著降低。

研究人员表示,饮酒可通过调节长寿蛋白水平来诱发衰老。

——生命时报

学历高低影响人的心血管健康和寿命

学历高低,或许能在一定程度上影响工作和收入,你或许没想到,它还能影响人的心血管健康和寿命。

一项新研究表明,学历越高的人,患心血管病的风险就会越低。

近日,由美国匹兹堡大学医学院研究人员领衔的团队,在心血管疾病领域著名期刊《美国医学会杂志·心脏病学》发表研究成果:

与大学毕业生相比,高中以下或高中毕业者的终生心血管疾病风险更高。与大学毕业的男性或女性相比,高中以下学历的男性患心血管疾病的风险增加58%,女性的这一数据为70%。

总体来看,受教育程度越低,收缩压和舒张压、体重指数、总胆固醇和高密度脂蛋白胆固醇、甘油三酯、血糖和吸烟率越高。

高中以下教育程度的人,发生心血管事件的概率一直较高;

大学毕业的人发生心血管疾病的概率一直较低;

无心血管疾病的总存活时间也随受教育程度的提高而逐渐延长。

研究团队认为,早年接受的教育可能会对整个过程产生深远的影响。受教育程度越高,心血管疾病的发病率越低,同时健康寿命越长。

——健康时报

烟草依赖是种慢性病

如果你曾经历过戒烟失败,不要气馁,这不是你造成的,是尼古丁绑架了你的大脑。烟草中的尼古丁作用于大脑,刺激神经细胞产生多巴胺令人愉悦。

当尼古丁被代谢完毕,体内多巴胺会迅速下降,促使烟民不断摄取尼古丁,产生烟草依赖。

世界卫生组织已将烟草依赖认定为一种慢性疾病。很多烟民一旦戒烟,就会感到烦躁不安、焦虑、心情低落等,不用怀疑是自己意志力不行,寻找正确科学的戒烟方法才是你戒烟成功道路上的钥匙。

创建卫生城市 促进全民健康

烤全羊下肚,14岁男孩肝衰竭

医生:没有完全熟的肉制品,短期内大量摄入会致肝功能异常

一只烤全羊吃了四分之三,浙江14岁的晓明(化名)肝衰竭了,这是怎么回事?

浙江大学医学院附属第一医院感染病科专家提醒,天气转凉,烤全羊、烤羊腿、火锅等美食又开始受欢迎了,但吃的时候还需注意,不然,可能会出现健康问题,严重时甚至会致命。



1 吃完烤全羊,男孩腹痛呕吐

近日,晓明父母带他去吃了一顿烤全羊。平时因学习紧张,晓明很少外出就餐。刚上桌的烤全羊香气袭人,青春期的男孩子胃口好,加上心情放松,一只烤全羊,他干掉了四分之三。

当天回家后,晓明就觉得腹胀,觉

得是吃撑了便没在意。然而,第二天,晓明开始有明显的腹痛症状,并伴有腹泻,一天跑四五次厕所,同时还有呕吐症状。

晓明父母以为孩子肠胃功能不好吃坏了肚子,便给他服用了止泻药等

药物。

过了几天,晓明还是没全好,并且还出现了全身发黄,眼白发黄,小便也明显变黄的症状。

父母意识到晓明并不是单纯吃坏肚子,便立即带着他前往医院就诊。

2 不熟的羊肉,致肝功能异常

浙大一院感染病科副主任医师鹿娟分析晓明的病情,一个身体健康的初中生,没有慢性肝病病史,也没有药物服用病史,家里人都身体健康,没有遗传病代谢病的证据。晓明入院以后的检查甲乙丙丁戊肝炎都是阴性。

“一部分青少年可能会发生自身免疫性肝病,不过晓明的自身免疫性指标也都是阴性的。”鹿娟表示,晓明和他父母还分别做了青少年群体的遗传代谢性疾病检查,结果也都是阴性。

经过一系列检查,外加考虑到晓明是吃过大量烤全羊的肉开始腹泻、腹痛,继而肝功能异常的。重点要排除是否大量的进食肉类,甚至部分不熟,导致大量细菌进入胃肠道,引起肠道感染、败血症,进一步引起肝脏功能异常,甚至到肝衰竭的地步。

“很可能是沙门氏菌或大肠埃希氏菌类引起的败血症。”感染病科主任盛吉芳表示,平时健康人群感染,就会出现腹泻等自限性症状。晓明可能是短时间内食用了大量没有熟透的羊

肉,导致大量细菌进入胃肠道,在胃肠消化不良及动力不足,以及肠道黏膜通透性增加的情况下,肠道菌群移位,细菌以及分泌的毒素就进入血液以及肝脏,引起肝脏代谢解毒能力与肝脏合成能力明显下降,最终到肝衰竭的程度。晓明的炎症指标和体温都偏高,为这种怀疑提供了部分佐证。

目前,晓明经过一系列护肝对症治疗,以及联合人工肝治疗,病情终于稳定好转,复查胆红素降到100以内,凝血功能恢复正常,目前已经出院。

3 没有熟透的肉含有寄生虫

很多人看了晓明的遭遇,可能会对烤全羊避而远之,盛吉芳强调,导致肝衰竭的原因不是烤全羊,而是短期内大量摄入没有完全熟的肉制品,超过了身体的消化代谢能力,才产生大

量的细菌进入血液和脏器,最终导致肝衰竭。

不仅是烤全羊,天气冷起来后,我们在食用烤羊腿、烤羊肉串、火锅等美食时,一定要注意肉是否熟透,避免出

现细菌、病菌感染,甚至是寄生虫感染。一旦出现不适症状,要及时到正规医院就医。

据钱江晚报

连吃4种感冒药 高中生住进重症监护室

吃药勿过量,“混搭”易伤肝肾

近期,呼吸道疾病高发,有些人选择自行购买服用感冒药、退烧药、止咳药。但药不能乱吃,也不能多吃。日前,浙江宁波一高中生连吃4种感冒药住进了重症监护室。

连吃4种感冒药 住进重症监护室

近日,16岁的高中生小赵发现自己有感冒的症状,还有点发烧,于是,他同时服用了布洛芬和快克(复方氨酚烷胺胶囊)。

服药之后,小赵感觉自己的症状并没有明显缓解,就又加了另外两种感冒药,也就是4种感冒药一起吃。

宁波大学附属第一医院方桥院区急诊重症监护室主任医师甘永雄介

绍,小赵吃了快克,就是我们常见的感冒药,还有退热的布洛芬缓释片,吃了之后效果不好。然后,小赵的家人又给他买了两种中成药感冒药,相当于4种药,小赵吃了以后效果不好,还出现了恶心、呕吐、腹泻症状。

小赵“混搭”服药后,出现了无尿、胸闷、气促等症状,在当地卫生院就诊,医生考虑是“胃肠炎”。治疗不见效果后,家人赶紧把小赵送到宁波大学附属第一医院方桥院区。

经过医生的判断,明确了小赵是急性肾功能衰竭,横纹肌溶解,是这些感冒药叠加对肾脏的影响。

在急诊重症监护室进行了5天的治疗后,小赵又转到了肾内科接受进一步治疗。目前,小赵已经顺利出院,肾脏、肝脏功能也恢复到正常状态。

吃药“混搭”,易伤肝肾

医生提醒,吃药勿过量、勿“混搭”。像小赵这样把多种药一起吃,中药、西药各种“混搭”,不仅容易导致成分剂量加倍,也容易引起药物和药物之间的相互作用,最终损害肾脏、肝脏等脏器。

患者在自行服用药物时,应关注药品说明书,不可随意增减药品种类和剂量。即使只服用一种药物,也不能随意增减剂量。如需要多种药物同时服用,最好提前咨询医生,遵医嘱服用。

如果不小心过量服药引起身体不适,就应及时就医,详细告知医生近期服药情况,积极配合治疗。

据长江日报