

携带乙肝病毒的小伙,赶项目天天熬夜到凌晨,仅一周肝功能就受损

春季养肝,睡比吃重要

本报记者 何丽娜 通讯员 沈文礼 金薇薇

“医生,我爸爸这两天情况怎么样?”时间已是中午十二点半,小吴(化名)等顾慧华医生上午问诊结束后走进诊室。他的声音有气无力,而且面容憔悴。他的父亲不久前刚被查出晚期肝癌,现在正接受住院治疗,因疫情防控只能有一名家属进病房照料,他见不到又不忍直接打电话问,所以就更加着急。

顾慧华是浙大医学院附属杭州市西溪医院肝病专家,杭州市名中医,有36年的肝病诊疗临床经验。看到一脸焦急的小吴,她安慰道:“你爸爸现在吃得下睡得着,你不去打扰他是对的。这会治疗才刚刚开始,我还没办法给你一个比较明确的预判,但我可以告诉你,现在医学在不断进步,得了肝癌后五年十年一直跟着我的病人也不在少数。”

最后顾慧华提醒小吴:“肝病有很强的家族性,你爸爸和你叔叔都是我的病人。你叔叔很关注健康,发现得早,定期来我门诊,近十年来都挺稳定的;你爸爸其实身体底子比叔叔好,可他之前不重视体检,发现已经太晚了。所以,你要注意,千万别走你爸爸的老路。”

而顾慧华担心小吴,还有一个非常重要的原因:现在得肝病的年轻人越来越多,熬夜是最伤肝的坏习惯之一。

70%以上肝病患者习惯熬夜

顾慧华在门诊病人中做过一个不完全统计,70%以上的人做不到晚上10点前睡觉,能做到的绝大多数是上了50岁的人,年轻人大多数习惯在半夜12点以后才睡。

“我有一个病人,年纪应该跟你差不多,是乙肝病毒携带者,之前定期复查都蛮好的。真的就一周的时间,为了赶一个项目,每天熬到凌晨一两点才睡,然后人就一直觉得很累,胃口也不太好,结果检查发现,肝功能已经不好了。幸运的是,我给他用上保肝降酶的药半个月后,各项指标恢复正常。但这件事是很危险的,如果不幸变成爆发性肝炎,肝衰竭是会危及生命的。”说到最后一句时,顾慧华特地提高了音量。

相信大家听说过著名的“木桶理论”——一个木桶能装多少水,取决于它最短的木板。对于乙肝病毒携带者来说,这就是他们的“短板”,一有什么风吹草动,肝脏出问题会更快。

小心坏情绪常跟熬夜联手“爆肝”

前不久,熬夜“爆肝”的年轻人到底在干啥#话题冲上了热搜,顾慧华提醒小吴:“经常跟熬夜联手‘爆肝’的‘帮凶’就是坏情绪。”

很多人认为情绪对身体的损伤不会很大,其实不然,生活中不如意的事情要占到80%,而这些不如意的事情容易引起暴躁、抑郁、紧张等,而这些负面情绪如果不能及时的释放,容易在体内产生有害物质,而这些有害物质会刺激肝脏细胞,容易引起肝气郁结、肝火过旺,从而影响到肝脏健康。

顾慧华说,有些肝病患者,尤其是乙肝患者,在得知自己患了此病后就变得焦虑、抑郁,为了瞒着领导和同事,连请假上医院检查都不敢,就怕自己生病



的事被发现。这里必须再强调一下:乙肝病毒是通过血液传播的,一般的生活接触不会传染,并且现在母婴阻断技术已比较成熟,可以成功阻止病毒由妈妈传给下一代。

春季养肝,早睡早起存正气

中医认为“正气存内,邪不可干”。在顾慧华看来,晚上好好睡觉是最有效也不花钱的存正气之法,而熬夜则会大大损耗正气。肝病患者如此,健康人群亦是如此。

“作为一个中医,我是比较注意养生的,年轻的时候就很少熬夜,但要做一个好医生得不断学习和研究,因此有时也不得不为之,可我只要连续熬夜一周,接着肯定会感冒。现在年纪大了,已经不敢熬夜了,我最近几年就基本没感冒。”顾慧华的“现身说法”让小吴如获珍宝。

春天是养肝的季节,春分之后昼长夜短,更应早睡早起抓住夜晚的黄金睡眠时间来养护肝脏。另外,规律生活,节制饮食,特别是不抽烟、不喝酒,可以保护肝脏少受损伤。而得了肝病也不用慌张,规范治疗,定期复查,阻止肝病恶变的进程。



3月24日上午,一架载有急救用血的无人机徐徐降落在浙江大学医学院附属第二医院(浙大二院)滨江院区专用停机坪。血送到以后就进入医院的血库,由血库安排送往急诊监护室、手术室,以及临床各病房。

这条医用无人机血液运输航线由浙江省血液中心和浙大二院共同建立,是全国首个无人机急救送血专用航线。

浙大二院急诊医学科主任张茂介绍,该无人机负载能力可达5公斤,每次可运输约一个成人4000-5000毫升的正常血量。当有紧急用血需求

全国首个无人机血液运输航线通航

从浙江省血液中心飞至浙大二院滨江院区仅需5分钟

时,无人机携带血液从浙江省血液中心飞至浙大二院滨江院区仅需5分钟。无人机送血不仅能够满足医院紧急用血的需求,也能有力保障突发公共事件或重大自然灾害等特殊情况下的应急需要。

“在血液需求量激增或者是稀有血型需要快速运到的情况下,这样的一套系统就能发挥它的优势。”张茂表示,这样的一套系统如果遍及到整个城市甚至是更大的范围,对于提高应急保障水平有非常大的意义。

医疗运输无人机与常规无人机不同,能够遵循既定航线自主飞行,无需人员实时操作,依托5G网络实现精准导航,抗风级别达6级,在雨雪天均可正常运行;特制货箱维持恒温环境,1小时变化不超过1摄氏度,确保血液制品的品质安全。在紧急救援中,无人机空中运输能够避免路面交通拥堵带来的时间延迟,进一步提升医疗救治的效率。用血病人并不为此增加费用。

此前,浙大二院已成功运用无人机运送急救AED、特殊药品等医疗物资,此次无人机急救送血航线的顺利通航,将能更好地为临床提供安全、快速的急救用血保障。

目前,医院用血还是以汽车运输为主。未来,该体系将能复制推广到更多医疗机构及急救中心,在各类大型社会活动的医疗急救保障服务中,无人机配送绿色通道能让医疗资源在尽可能短的时间内实现调拨、转运,为急救患者赢得更多的宝贵时间。

在浙大二院急诊中心,每年的急诊量逼近40

万,其中,急诊抢救人次约25000人,紧急输血需求超过千余人次。2019年4月,“多维度5G智慧急救绿色通道”实战演练成功,标志着浙大二院5G“闭环式”智慧急救体系已经具备实际应用能力。作为5G智慧急救闭环体系中的重要环节,无人机可以使急救医疗用血以更加及时、高效的方式服务于患者的救治,争取更多抢救时间。作为浙大二院数字化技术转化应用的重要成果,无人机急救送血专用航线的正式通航将有力促进医院服务效率的提升。

本报记者 张冰清 杨子宸
通讯员 方序

泰康人寿保险许可证公告

我公司因业务发展需要,泰康人寿保险有限责任公司浙江杭州富阳新登营销服务部名称和营业地址均已变更,现将有关事宜公告如下:

机构名称:泰康人寿保险有限责任公司浙江杭州富阳第二营销服务部

业务范围:一、对营销员开展培训及日常管理;二、收取营销员代收的保险费、投保单等单证;三、分发保险公司签发的保险单、保险收据等相关单证;四、接受客户咨询、投诉;五、经公司核保,营销服务部可以打印保单。

许可证编号:0256744

机构编码:000020330111002

机构住所:浙江省杭州市富阳区富春街道恩波大道519号财富中心A幢1503室

邮政编码:311400 负责人:章琴林

联系电话:0571-63256552

许可证颁发日期:2021年3月15日

发证机关:中国银行保险监督管理委员会