

7招帮帕金森患者更快康复

治愈帕金森可能性极低，但如患者得到及时有效的治疗，病情将有明显改善。近日，荷兰内梅亨大学医学中心发表在《神经病学》杂志的最新研究提出了7个帮助帕金森患者康复的针对性策略。

研究团队纳入了4324名患有帕金森的步态障碍患者，受试患者症状包括无法保持平衡、拖脚行走、摔倒、步履蹒跚和僵硬。这7种策略分别为：内部暗示，按大脑中的节奏计数步行；外部提示，跟着节拍器的节奏迈步；改变平衡条件，走路转弯的幅度更大；改变精神状态；动作观察，包括观察另一个人走路并模仿；适应一种新的走路方式，如跳跃、向后走；其他腿部运动方式，如骑自行车或爬行。

研究人员表示，对于每种策略，多数尝试过的患者都说它有积极效果。此外，76%的人表示改变平衡条件的策略效果不错，74%的人说改变精神状态的策略产生了积极影响。此外，根据使用策略的人所处环境不同，策略作用是不同的。

研究人员表示，对于帕金森患者的康复训练，采用“一刀切”方式肯定行不通。虽每种策略都有潜在作用，但患者处于不同环境中，应采取不同策略，医生也要尽力帮患者找到最适合康复的方法。

年轻时戒烟酒的人，血管更好

随着年龄增长，我们的动脉会变得硬化，大大增加罹患心脏病和中风的风险。与此同时，某些行为还会加速动脉硬化。研究表明，吸烟饮酒与青少年动脉硬化之间有密切联系。

英国伦敦大学医学院研究小组纳入1655名17~24岁的参与者，并按照他们每天的吸烟量和饮酒量进行不同等级的评分。其中酒精摄入量分为零、中级（日饮酒量<4杯）和高级（日饮酒量>5杯），吸烟量则被分为不吸烟、过去曾吸烟、中等程度（每天<10支）和高强度吸烟（每天吸烟≥10支）4个等级。研究发现，从17~24岁，参与者的动脉僵硬度平均增加了10.3%，其中女性的增幅略高于男性。平均酒精得分每增加一个点，动脉僵硬度随之提高，但平均吸烟评分的变化对动脉僵硬度并无明显的影响。值得注意的是，嗜烟女性的动脉僵硬度增幅高于不吸烟女性。

研究人员说：“该研究结果表明，嗜酒男性和嗜烟女性都会出现动脉损伤。从不吸烟的人和戒烟者的动脉僵硬度未发生变化，也就是说，年轻时戒烟，血管健康会得到恢复。”

语录



“我国每年至少有近55万的心源性猝死的发生率，这种猝死由于发病突然，预后结果非常差，社会危害性也非常大。”

——大连医科大学附属第一医院
院长夏云龙

“我们不仅要强调现今的癌症负担是多么沉重，还要知道，早诊早治可以很大程度上降低癌症治疗费用。”

——天津医科大学总医院
肺部肿瘤外科主任陈军

“无论是肺癌还是食管癌，都因为早期症状不明显，导致临床上绝大多数患者首诊时已属晚期，5年内生存率非常低。此外，术后的高并发症也严重影响患者的生活质量，时刻威胁患者生命健康。”

——重庆市医药生物技术协会
肺癌专委会主任委员 江跃全

“比生命更重要的就是在生命中践行伟大。如果有一天必须在医学信仰与延续生命之间二选一，我会坚定地选择前者。我要拿起医学的武器去改变这个世界，传递我的价值观，让世界变得温暖。”

——首都医科大学附属北京朝阳医院
眼科主任陶勇