肌萎缩·专家谈

运动神经元病治疗有了新模式

本报记者　檀亚楠

运动神经元病是由于运动神经元受到损伤，逐渐导致全身瘫痪，并影响吞咽构音及呼吸功能而危及生命的一种疾病。西医有抗兴奋毒性治疗、清除自由基、免疫治疗、神经保护性治疗、基因治疗、骨髓干细胞移植等治疗方法，但缺乏特效的药物和方法。

由于缺乏对疾病的正确认识，在治疗上形成了不少误区，患者走了“弯路”，比如：一部分患者对治疗丧失信心而放弃用药，一部分患者盲目追求新药，大量地使用尚未证实有效的药物，不顾药物的副作用，还有的患者到处就医，迷信偏方、秘方，不安心进行系统治疗。这些都会影响患者的病情。

河北医科大学附属以岭医院肌萎缩专科是国家中医药管理局重点专科，中国医师协会渐冻人救助服务示范基地，20多年诊治了超过2万例的运动神经元病患者，提出了“奇经论治痿病”的新见解，成功创制了肌萎灵系列中药制剂和系统治疗的新技术、新方法，结合现代医学的新进展，从呼吸、营养、病情发展、肌肉萎缩程度、肌张力、肌肉跳动、心理等多方面，形成了运动神经元病的治疗新模式，发挥中医特色，提高疗效，为运动神经元病患者提供更好的服务。

以岭医院肌萎缩科主任李建军表示，肌萎缩呼吸困难一直是运动神经元病重要的危险症状，现代医疗技术主张早期应用无创呼吸机，但无创呼吸机只能在一定程度上代偿呼吸困难，但不能改善。而且基本上患者用上呼吸机后不能脱机，生活质量明显受到影响。以岭医院研制了中药制剂芪龙益气散，临床配合西医现代医疗技术治疗，可使肌萎缩侧索硬化症呼吸衰竭临床症状、肺功能及动脉血气分析指标等均有明显改善，Ⅱ型呼衰部分患者脱机，对提高患者生存质量，延长患者生命有其重要的现实意义。

针对吞咽困难症状，肌萎缩专科开展了吞咽障碍治疗仪与中药参赭降气散治疗延髓麻痹的临床观察研究，结果显示患者吞咽困难、饮水呛咳、言语不利等症状显著改善。应用头颅磁疗仪改善脑功能，促进神经变性疾病神经功能改善，取得了阶段性治疗效果。

李建军提醒，运动神经元病患者还经常出现腹胀、消化不良的情况，伴有吞咽呼吸困难的病人表现更为明显，以致身体消瘦，体重下降，病情加重。对此，肌萎缩专科对患者进行营养评估，制定中西医结合的特色营养管理，以行气通腑为法，研制出特色的“消胀散”进行脐疗，能显著改善胃肠动力，纠正胃肠功能紊乱；对相对稳定存在有长期营养不良患者，以健脾、补肾治疗为主，辨证结合特色的中医膏方服用，可提高营养支持治疗的效果。

此外，以岭医院肌萎缩科还对肌肉萎缩、肌无力、肌张力高、肌跳、焦虑、失眠等多方面形成了特色治疗方式，这些治疗针对疾病的不同程度、不同层面，形成合力。一方面形成规范性治疗，避免患者“走弯路”；另一方面在延缓病情发展、改善临床症状、减轻病人痛苦、提高生活质量等方面起到了积极作用，为运动神经元病的患者带来了福音。

肌萎缩专科
微信二维码

晚练到底伤不伤阳气

关于“晚练是否伤阳气”的争论一直在互联网上流传。“护阳派”认为晚练伤阳，等于慢性自杀；“主练派”则认为不必墨守成规。国家体育总局健身气功管理中心副研究员丁丽玲认为，其实，对于晚练存有疑虑主要是因为没有弄清下面三个问题：一是多晚才算“晚”，二是怎样才叫“练”，三是如何看待“阳”。弄清这几件事，晚练之惑自然迎刃而解。

如何界定“晚”。夏天的太阳傍晚7点多才下山，冬天的下午5点就摸黑了。人是最智慧的生物，在长期的繁衍适应中形成了自己的生物钟，那就是子午流注。中医认为，傍晚5点到7点是肾经当令，这时肾的工作能力最强。《黄帝内经》谓之“肾者作强之官，伎巧出焉”，意思是说这个时段最适合干力气活。很多体育赛事都安排在这个时候，和人体此时肾气充足、运动能力强不无关系。所以，在傍晚这段时间大家可以尽情地锻炼。

怎样才叫“练”。傍晚时分，根据自己的身体情况，我们可以选择跑步、打球、快走、瑜伽、跳舞等有氧运动，时间控制在1小时以内比较合适。但晚上7点以后要改为“活动”的形式。要注意的是，“活动”和“练”可不是一个级别，活动的强度偏小，比如散步、太极、健身气功等。因为傍晚7点以后是心包经当令，此时适当活动，可以保护心脏，但时间不宜超过1小时，晚上8点以内结束比较合适。把握好运动量和运动时间，身体在运动时所产生的内啡肽等激素会在1～2个小时内代谢掉，也就不会造成因身体兴奋而失眠。

如何看待“阳”。人体由阴气和阳气组成，气是流动的、变化的，所以体内阴阳之气可以相互变化、互相资助，阳可以养阴，阴反过来又可生阳。阳气最怕什么？莫过“烦劳”二字。“阳气者，烦劳则张”，意思是说，遇到烦恼或劳作过度时，阳气就会耗散，所以过度思虑、操劳都是养护阳气的大忌。养阳以不伤为本，凡事把握尺度，健身养生也是这个道理。(人民网)

业界动态

11月25日世舜医院启动爱心义诊

本报讯（记者檀亚楠）11月25日下午2点，石家庄世舜中医肿瘤医院将走进石家庄炼油厂游泳馆一楼邮政营业厅内进行爱心义诊，为老百姓送去健康的问候。

活动中，除了义诊，该院专家将为大家讲解冬季保健知识；肿瘤患者可以享受免费的肿瘤标志物三项的检测；还有精心编辑的健康手册等指导手册助大家树立健康的生活习惯，更有免费清肺饮为大家呵护娇脏，清肺利肺顺利过冬。此次活动是世舜医院走进邮政储蓄爱心义诊的第一站。

省中医院第二届膏方节30日开启

本报讯（记者檀亚楠）11月30日，河北省中医院“国医之光”吉尼斯纪录——新闻发布会暨河北省中医院第二届膏方节将盛大开启，届时有名中医教您冬日如何进补，现场更有好礼相送，欢迎市民踊跃参加。

医大一院举行“健康之星”评选与颁奖活动

本报讯（记者檀亚楠）为提高公众对健康知识、健康意识的重视程度，传播科学、健康的生活方式，弘扬积极向上的生活正能量，做好“未病先防”，近日，河北医大一院健康学院启动了首届“健康之星”评选与颁奖活动。

此次首届“健康之星”评选活动的成功举办，引领了“我健康，我快乐”的生活方式，提高了患者对医院的认可度。

免费筛查肝硬化、肝肿瘤　全省仅限500名受益者

本报讯（记者檀亚楠）日前，“肝肿瘤早期发现筛查”在北京启动，特提供免费筛查肝硬化、肝肿瘤的机会（名额仅限500名），重点对病毒性肝炎、脂肪肝及酒精性肝病，三代血亲中有肝癌等肝肿瘤的高危人群进行筛查。

请申请的朋友拨打010-87579999咨询。专家强调，35岁以上，携带肝炎病毒5年以上人群，需半年查一次肝。研究证实：根据病毒的发展规律，携带病毒时间越长的患者，罹患肝肿瘤的可能性越高。到了35岁以上，肝肿瘤的发病率，往往呈快速上升趋势。

专家指出，肝肿瘤大多由肝炎引起，现在除了乙肝、丙肝之外，脂肪肝、酒精肝也成为重要因素，在临床上经常可见家族性的肝肿瘤的情况。

专家表示，肝肿瘤早期可无症状，一旦出现明显症状，部分患者已属晚期。因此，如何早期预防肝炎，对预防肝肿瘤至关重要。

乐享健康大讲堂　精彩继续

本报讯（记者檀亚楠）为更好地帮助市民了解健康知识，提高生活品质，《乐享健康周刊》特开通“乐享健康大讲堂”栏目，每周都有省内知名医院的专家为市民进行健康讲座。如果您或您的家人朋友有需求，可以通过关注微信公众号：燕都乐享健康(ydlxjk)进行报名。

11月25日省中医院有健康讲座

11月25日上午9:00-11:30，河北省中医院将在该院综合门诊楼5层会议室举办《健康有道》公益讲座，由骨伤一科主任田雅峰为大家讲解《骨质疏松的特色治疗》。

11月30日医大一院有公益讲座

11月30日上午9:00，河北医科大学第一医院将在该院门诊楼五层多功能厅，举办公益知识讲座，肾内科牛哲莉副主任医师主讲《腰痛的常见病因及治疗》、风湿免疫科贾晓辉副主任医师主讲《突发的关节疼痛与痛风》。