

照照镜子 你是否有“焦虑舌”？

专家:王波 辽宁省中医药文化巡讲科普专家、医学博士

焦虑症患者 有哪些行为表现？

焦虑症患者可能时常显的坐立不安,经常改变姿势动作,也可能独自一人自说自话或向他人不断倾诉。有些人焦虑时,手脚动作不断,抓头发、摸耳朵、搓脸、双手抱胸、双手用力扭压、敲打、来回快速行走、低头缓慢地走等。有些焦虑症患者脸部表情僵硬,面色凝重、皱眉、悲伤愤怒忧郁、气氛浓厚,行动上因心思的胶着,而表现出心不在焉视而不

见、听而不闻、无法对外界做客观敏锐觉察而显得不灵活。有些人焦虑时,说话声调改变,可能会发抖,声音尖锐,急促,甚至说话内容不连贯,模糊不清,跳来跳去,面孔颜色也会改变,发白或发红,发冷或发热。

中药改善焦虑症 试试温胆汤

在临床上,好多焦虑病人有着独特的舌苔——“焦虑舌”:舌尖边红,苔中黄腻。

中药改善焦虑症,主方推

荐温胆汤。温胆汤这个方子用好了,堪比小柴胡汤。因为它不仅能治疗焦虑,还能治疗湿热导致的各种疾病。现代人喜欢吃辣的、海鲜、酒肉。所以湿热的表现很重。但是又常常喜欢吃凉的,水果摄入也很多,啤酒冰镇饮料也不少,这就导致消化功能很差,上焦很大火,而脾胃又是个虚寒。

古代医家对温胆汤的注释,如《三因极一病证方论》卷10:“治心胆虚怯,触事易惊,或梦寐不祥,或异象感,遂致心惊胆惧,气郁生涎,涎与气搏,变

生诸证,或短气悸乏,或复自汗,四肢浮肿,饮食无味,心虚烦闷,坐卧不安。”

柴胡加龙骨牡蛎汤或者桂枝龙骨牡蛎汤,这两个方子治疗焦虑一般是火热之象不明显,临床以失眠为主的病人。

身体有哪些 具体的表现？

自主神经功能兴奋多汗,面部发红或苍白等症状。

神经系统震颤、刺痛、耳鸣、眩晕、头痛、肌肉疼痛。

睡眠障碍失眠、夜惊。心血管系统心悸、心前区不适、心律不齐。

呼吸系统胸部压迫感、吸气困难、气促和窒息感、过度呼吸。

泌尿生殖系统尿频尿急、勃起障碍、痛经、闭经。

其他症状抑郁、强迫思维、人格解体。

消化系统口干、吞咽困难有堵塞感、食管内异物感、过度排气、肠蠕动增多或减少,胃部不适,恶心,腹疼,腹泻。

/ 辽沈晚报

不合格百白破疫苗或影响免疫效果 但安全性符合标准

针对两批次 65 万余支百白破疫苗被检出效价指标不符合标准规定一事,中国疾病预防控制中心有关专家 5 日表示,两批次百白破疫苗效价指标不合格,可能影响免疫保护效果,但该两批次疫苗安全性指标符合标准,接种安全性风险没有增加。

中国疾控中心有关专家表示,国家卫生计生委和有关省份卫生计生部门正在组织专家对不合格疫苗情况进行评估,根据评估结果将采取相应措施,妥善处理。

对于民众普遍关心的不合格疫苗安全性问题,专家指出,中国食品药品检定研究院对企业报请批签发的疫苗,逐批进行安全性指标检

验,经查批签发记录,该两批次疫苗安全性指标符合标准,其接种安全性风险没有增加。

据了解,接种百白破疫苗是预防儿童白喉、破伤风和百日咳的有效措施。按照国家免疫程序,百白破疫苗需接种 4 剂次,分别于 3、4、5 月龄和 18 月龄各接种 1 剂次,完成 4 剂次接种的儿童可得到较好

的保护效果。相关研究显示,百白破疫苗预防典型百日咳的效力约 85%,因此,即使接种了百白破疫苗的儿童,少部分人也有可能罹患百日咳。百白破疫苗预防儿童破伤风的保护效力为 80-100%,完成 4 剂次接种可为青少年期提供有效保护。百白破疫苗对白喉的保护效果较好,接种 3 剂次以上的疫苗保护效力约为

95%。

国家食品药品监督管理总局新闻发言人 3 日对媒体说,分别由长春长生生物科技有限公司和武汉生物制品研究所有限责任公司生产的各一批次共计 65 万余支百白破疫苗效价指标不符合标准规定,食药监总局已责令企业查明流向,并要求立即停止使用不合格产品。长春长生生物科

技有限公司生产的批号为 201605014-01 的疫苗共计 252600 支,全部销往山东省疾病预防控制中心;武汉生物制品研究所有限责任公司生产的批号为 201607050-2 的疫苗共计 400520 支,销往重庆市疾病预防控制中心 190520 支,销往河北省疾病预防控制中心 210000 支。

/ 新华社

治病良药还是癌症元凶？

马兜铃酸致肝癌事件调查

一篇马兜铃酸的重磅论文,近日登上权威医学期刊《科学—转化医学》封面。论文称,在中成药里广泛存在的马兜铃酸成分和亚洲人的肝癌相关。与此同时,一份含马兜铃属药材的药品名单在坊间流传。马兜铃酸真的会导致肝癌?含马兜铃酸的药是否都不能吃了?我们的传统中药又是否安全?记者进行了调查。

“一种草药的黑暗面” 马兜铃酸有可能导致肝癌？

美国《科学—转化医学》杂志 10 月中旬发表一篇封面论文,题为《台湾及更广亚洲地区的肝癌与马兜铃酸及其衍生物广泛相关》,杂志编辑以“一种草药的黑暗面”为题推荐了这篇论文。而这篇论文的结论是:马兜铃酸与肝癌之间存在“决定性关联”。

基于对全世界共计 1400 多个肝癌样本的分析,论文指出,含马兜铃酸的草药在亚洲尤其中国台湾被广泛使用,但并没有直接说马兜铃酸是当地肝癌高发的原因。

针对这篇论文的内容,国家食品药品监督管理总局新闻发言人回应称,根据流行病学大样本、大数据分析,我国肝癌患者主要由乙病毒感染引起。是否与马兜铃酸有直接关系,尚无直接有力的数据支撑。

北京大学公共卫生学院流行病学与卫生统计学系主任詹思延认为,从流行病学的角度讲,

这篇论文指出的“决定性关联”并不能证明马兜铃酸和肝癌之间存在因果关系,“‘关联’和‘因果’是两个概念,如果要证实二者的因果关系,需要进行进一步研究,包括基础研究、流行病学的前瞻性或历史性队列研究,并采用病因推断准则进行因果推断”。

“这篇论文的意义在于它提供了一个假设的链条,一个有价值的研究方向。”詹思延说。

藿香正气口服液“被黑” 如何认识马兜铃酸毒性？

一份“含马兜铃属药材的已上市中成药品种名单”正在朋友圈疯传,藿香正气口服液等常用药赫然在列。有业内人士指出,藿香正气口服液中有一味厚朴,而厚朴作为一味含马兜铃酸的药材,正被广泛应用于许多非处方中成药中。

有网友留言:“难道名单上的这些药都不能吃了?”

专家就此指出,首先,马兜铃酸具有明显肾毒性;其次,不

是所有马兜铃科植物都含马兜铃酸;再次,我国已调整药材使用部位,将马兜铃科植物细辛的药用部位由全草改为根和根茎,根和根茎几乎不含马兜铃酸。

食药监总局新闻发言人指出,虽然马兜铃酸与肝癌的直接相关性尚无直接有力数据支撑,但马兜铃酸具有明显肾毒性,可造成肾小管功能受损,甚至存在引发肾癌的风险。

该发言人指出,我国自 2003 年以来,已对含马兜铃酸药材及中成药采取了一系列风险控制措施。马兜铃酸肾损害病例数量大幅下降,未收到直接引发肾癌报告。

食药监总局新闻发言人提醒患者,药品要严格按照医生处方和医嘱使用,注意含马兜铃属药品的肾毒性、致癌性的风险。任何药品都不能大剂量、长时间服用。

马兜铃酸的“黑历史” 我们的中药是否安全？

马兜铃酸曾两次引起对中

医药的争论。一次是上世纪 90 年代,比利时研究发现,含有马兜铃酸的草药减肥药导致女性肾损害,被称为“中草药肾病”,引起世界关注;另一次是 2003 年的“龙胆泻肝丸事件”,媒体披露中药中的关木通成分含马兜铃酸导致肾病。随后,有关部门取消了关木通药用标准,并将含马兜铃酸的中药制剂列为处方药。

近年来,我国中药不良反应报告病例数增加,又有外国研究报告指出中国传统药材中发现“有毒物质”,也引发舆论对中药安全性的担忧与讨论。

专家指出,首先要明确的是,中药毒副作用始终存在。“中药没有毒的说法害惨了中药,其实它的毒副作用既不比西药轻,也不比西药更严重。”安徽医科大学第一附属医院中西医结合肿瘤科主任李平说。

詹思延指出,自古就有“是药三分毒”的说法,首先是要承认中药的毒副作用,在这个基础上规范使用。而对于患者来讲,要加强宣传和科普,消除患者对服用传统中药、天然药、保

健品等无毒的错误认识。

对于中医药近年来出现的安全性和信任“危机”,专家指出,其原因并非中医理论和药材本身出现问题,归根结底还是要使其走上规范化发展道路。

詹思延指出,有关部门应该加强对中药临床使用不良反应的主动监测,对各医疗机构的电子健康病历、各医保报销数据库、药品监管数据库进行统一与标准化,转化为通用数据模型,指导合理用药,降低中药不良反应的发生率。

食药监总局新闻发言人强调,所有把含马兜铃酸药材作为原料生产制剂的企业,都要对其产品进行安全性评价,限期提供评估结论,逾期未能提供评估结论,要停止生产,注销药品批准文号;有评估结论的,要提出风险控制措施,经药品审评中心审评后,对获益大于风险的修改完善说明书,对风险大于获益的予以淘汰。

/ 新华社