

世界肝炎日

消除肝炎，积极行动

作为健康不可或缺、人体新陈代谢的重要器官,肝脏被称为“生命之塔”。7月28日是世界肝炎日,2024年的宣传主题是“消除肝炎,积极行动”。日前,记者就如何科学防治肝炎专门采访了市第七人民医院(市公共卫生临床中心)有关专家——

推进医防融合 守护“生命之塔”

□记者 姜琰 杨扬

近年来,我市通过采取预防为主、防治结合的措施,有效控制了病毒性肝炎的流行趋势,同时加强社会动员和健康科普知识宣传,落实以治病为中心向以人民健康为中心的观念转变,将科学防治肝炎的重点转移到预防、治疗、康复全周期管理。

早防早诊 规范治疗

据我市最新肿瘤监测数据显示,44岁以下男性死亡的前三位癌症为:肝癌、脑癌、结直肠癌;45岁至59岁男性死亡的前三位癌症为:肝癌、肺癌、胃癌。

“作为恶性肿瘤,肝癌80%跟肝炎病毒性感染密切相关,其难治程度高、发展迅速,因此有效控制乙型等病毒性肝炎的发病和进展,是降低肝癌发病的重要措施。”盐城市健康科普专家库成员,市第七人民医院(市公共卫生临床中心)主任医师、综合感染科主持工作的副主任邹磊建议,肝癌防治应做到早预防、早诊断。

其中,对慢性病毒性肝炎及乙肝、丙肝发展为肝硬化患者的高危人群,一般3个月要检查一次;对带有肝炎病毒但尚未发展为肝硬化、无肝癌家庭史的中危人群,一般半年检查一次;对非病毒导致的肝硬化患者及脂肪肝和酒精肝等低危人群,一年检查一次。

盐城市突发公共卫生事件临床救治专家组副组长、市医学会感染病学分会主任委员、市七院主任医师成娟,三十多年来一直从事肝病、感染科临床工作,擅长治疗各种肝脏疾病、感染性疾病。

“肝炎患者应积极防治,减少肝癌的发病概率,要有效控制肝病病毒复制,阻止肝硬化发生;保持乐观愉快的心情,好心情能保护免疫功能;尽量避免加重肝脏负担的事,少饮酒、少熬夜;定期体检,发现不明原因的症状要及时到专业医疗机构早诊断、早治疗。”她建议要积极规范治疗,目前慢性乙肝治疗干预,尤其是抗病毒治疗,可有效控制疾病的进展,减少肝硬化和肝癌的发生。丙型肝炎抗病毒治疗效果较好,大部分病人经过合理规范的抗病毒治疗可获得临床治愈。

可防可治 主动预防

“肝炎可防可治,公众作为自身健康的第一责任人,要加强自我管理,坚持规范治疗与定期检测,及时

调整好心态和工作或生活节奏。”邹磊建议,市民应养成良好的生活习惯,主动预防、科学施治。

那么,市民如何科学预防、治疗肝炎?成娟认为,首先要对肝脏做个健康体检。乙、丙型肝炎病毒是隐形杀手,慢性丙型肝炎患者如果仅查肝功能,结果往往正常,不做特异的肝炎病毒学检测非常容易漏诊,最终发展成为肝硬化、肝癌、肝腹水、肝昏迷等晚期肝病。

市民应积极采取各种形式的运动和锻炼,避免久坐,维持健康体重。坚持合理膳食,培养和保持健康的饮食习惯,同时限制饮酒。在可能接触致癌物的工作场所,要采取合理的防护措施。按时参加疫苗的计划免疫注射,特别是新生儿的乙型肝炎疫苗,成人可适时加强补种。40岁及以上中老年人应定期参加科学有效的癌症筛查计划,以了解自身可能的患癌风险,并定期接受相应的临床筛查诊断。

此外,乙型和丙型肝炎病毒,主要经血、母婴及性接触传播。随着乙肝疫苗联合乙型肝炎免疫球蛋白的应用,母婴传播已明显减少。目前尚无有效的疫苗预防丙肝,但采取积极有效的措施切断传播途径,丙肝是可以预防的。

市民要做好个人防护,减少感染机会。拒绝毒品,不共用针具静脉注射毒品,杜绝非法采、供血,避免不必要的注射、输血和使用血液制品等,可大大减少感染丙肝病毒的风险。

名院名科 守护健康

市七院肝病科是市重点专科,并被授予“市肝病研究所”的称号,目前处于全市肝病诊治的领先地位。

该科开展了肝纤维化的FibroScan量化诊断技术,肝穿刺组织检查术;肝癌的介入治疗术、射频消融治疗、脾动脉栓塞治疗术,开展可控定量三氧免疫诱导自体血回输治疗各种肝病,肝病科还拥有肝病治疗仪等先进设备。其实验室可开展HBV-DNA检测,乙肝病毒变异测序、丙肝病毒基因分型、自身免疫性肝病抗体检测等项目。

“在临床病例中,不少人因食欲减退、疲倦乏力、腹痛腹泻等症状来院就诊的肝病患者,往往一经



市七院肝病防治专家团队



守护群众健康 记者 李泓儒 摄

检查就发现已是肝癌晚期。”成娟表示,肝炎和肝硬化早期往往没有明显症状,即使肝癌中晚期也有部分患者缺乏典型症状,一旦出现症状时多是晚期,容易失去最佳的治疗时机。大多数肝癌的发生都会经过慢性肝炎、肝硬化、肝癌三个阶段,约80%至90%的肝癌是在肝硬化基础上发生的。这个过程是一个缓慢的演变过程,大概需要10年至20年时间,其中40岁到50岁是肝癌的高发期。

世卫组织提出,到2030年,病毒性肝炎的新发感染率减少90%、病死率减少65%、诊断率达到90%、治疗

率达到80%。邹磊认为,“要实现消除病毒性肝炎公共卫生危害的这一目标,应推进医防融合,通过定期筛查早发现、早治疗,逐步减少肝炎、肝硬化、肝癌发生。18岁以上的成人应至少进行一次乙肝筛查,女性每次妊娠时都应筛查,任何年龄的高危人群都应筛查。”

“肝炎筛查阳性后,医防融合非常重要,专业医疗机构和专家应加强多学科协作,筑牢医防融合防线。”市七院党委书记、院长朱发兵表示,该院将持续提升防治质量、加强医防融合、提高检测发现率、优化诊疗方案、全力守护群众健康。