



打呼噜会引起转氨酶升高?

对话医生:谭友文
市三院肝病科主任医师



景梦瑶 杨冷

打鼾俗称打呼噜,主要是由于睡觉时呼吸道阻塞或狭窄,导致呼吸道阻力增加,经过呼吸道的空气流动受阻,引发了咽喉部软组织振动发出响声,即鼾声。严重的打鼾常伴有睡眠呼吸暂停综合征(OSA),这是心脑血管疾病的危险因素之一。

打呼噜常见于男性及肥胖人群,有一项来自德国的小队列研究,调查了53名门诊疑似OSA的患者,其中35人患有OSA,31人属于肥胖,15人谷草转氨酶(AST)升高,12人谷丙转氨酶(ALT)升高。ALT升高见于11

名OSA患者,而在18例没有OSA的肥胖者中,只有1例ALT升高。这个小队列预示着,OSA引起的转氨酶升高并不与肥胖平行。

来自2007-2017年的荟萃分析,研究了2272名OSA患者的肝功能,发现OSA患者的肝功能转氨酶升高主要表现为谷丙转氨酶升高,而不是谷草转氨酶,并且发现轻度的OSA患者未见明显的ALT升高,ALT升高主要存在于严重的OSA患者。ALT的升高是独立于肥胖的因素。根据肝组织学证据,发现OSA患者存在严重的脂肪变性、小叶炎、气球样变等组织学特点。

一项来自我国的关于226位有OSA患者的研究发现,睡眠呼吸暂停次数与肝功能转氨酶升高相关,暂停次数越频繁相应ALT越高。

大约1/3的OSA患者出现转氨酶

水平升高,这表明肝功能障碍在这种综合征中很常见,并且认为OSA导致转氨酶升高并不仅仅是肥胖,缺氧可能是通过几种不同途径导致肝损伤的最终常见原因。有证据显示,OSA患者肝活检显示小叶中心坏死,小叶中心坏死不是非酒精性脂肪肝的肝损伤特点,而是与肝脏的缺血缺氧相关。虽然OSA和非酒精性脂肪性肝病可能表现出共同的表型特征(肥胖,胰岛素抵抗),但目前,关于OSA是否可能诱发或加重独立于肥胖的组织学肝损伤的数据有限且相互矛盾。

因此,打呼噜引起的转氨酶升高,虽然存在与肥胖导致的非酒精性脂肪肝重叠,但引起肝损伤的原因并不限于肥胖相关的脂肪性肝炎,而与打呼噜常伴有睡眠呼吸暂停综合征高度相关,其机制与睡眠呼吸暂停导致的躯体脏器缺血缺氧等相关。

一代、二代、三代试管婴儿技术有什么区别?

健康卫士:朱小兰
市四院生殖医学中心主任



纪宁 钱菁璐 曹婷婷 杨冷

一代、二代、三代试管婴儿,本质上都是辅助生殖技术中的“体外受精-胚胎移植技术”,它们都需要经过控制性卵巢刺激(促排卵)、取卵、精卵体外受精和胚胎移植这几个过程,但适用人群、受精方式,以及治疗费用有所差异。

第一代试管婴儿技术:体外受精和胚胎移植(IVF-ET)

第一代试管婴儿,即传统的“体外受精-胚胎移植”,之所以被称为“第一代试管婴儿技术”,是因为这是最早被发明出来的一种试管婴儿技术,也是到目前为止应用时间最久、范围最广的试管婴儿技术。这项技术主要适用于一些女性因素导致的不孕,如输卵管阻塞、排卵障碍、子宫内膜异位症等;还有一部分男性因素导致的不孕,如轻度少弱精子症;以及一些不明原因的不孕症。

第一代试管婴儿技术需要在超声引导下经阴道穿刺将卵子取出,同时男方手淫取出精液,在实验室环境下让精卵自然结合,重点是精卵自然结合。

第二代试管婴儿技术:卵胞浆内单精子注射技术(ICSI)

第二代试管婴儿技术是胚胎师挑选活力好、形态正常的精子,一对一注射到卵母细胞内,使其受精。主要适用于男性因素导致的不孕,如严重少弱精子症、梗阻性无精子症,以及体外不受精或受精率低下的患者等。

另外,有一部分患者在常规进行一代体外授精后,胚胎师在4-6小时后观察卵子,如果没有看到受精标志,就会用第二代卵胞浆内单精子注射技术帮它们一把。

第三代试管婴儿技术:胚胎植入前遗传学检测(PGT)

第三代试管婴儿技术适用染色体核型异常的患者,以及严重的单基因遗传疾病、反复自然流产等特殊状况。很多时候,这个群体是可以自然妊娠的,但妊娠结局不好或出生的孩子有缺陷和遗传疾病。

第三代试管婴儿技术是在胚胎移植前,对胚胎进行遗传学检测,看是否携带有染色体疾病或致病基因,把有问题的胚胎淘汰掉,将健康的胚胎放进子宫里。

试管婴儿助孕治疗有严格的指征,当备孕1年未孕(年龄大于35岁者为半年)时,需要进行详细的检查,包括男女双方不孕不育原因的排查。男方主要为精液检查,女方需要进行常规的妇科检查、排卵检测、激素检测,以及子宫输卵管造影检查等,评估双方的情况后,存在试管婴儿的指征,即可完善术前检查、建档,然后正式进入试管婴儿操作。

冬季呼吸系统疾病好发 中医防病有妙招

本期对话:王丽媛 市中医院针灸科医师



景晓轶 杨冷

目前,全国多地医院出现较多的呼吸系统感染患者,儿童、老年人等是易感人群,患者多以发热、咳嗽等症状为主,一般咳嗽比较剧烈,而且在退烧后,咳嗽还可能继续1-2周。

中医认为,人应该顺应大自然规律。冬三月,滴水成冰、大地龟裂,人体阳气潜伏在内,肌肤卫气功能相对减弱,故发病。春天万物萌发,体内闭藏阳气渐复,但肌表的卫气功能处于低下状态。再者,初春天气多变,人易感“外邪”发病。此外,肺为“华盖”,有“娇藏”之称,不耐寒,外邪侵袭首先犯肺。

中医关注的是未病先防,以及人患病后身体出现了怎样的失衡,通过中医传统治疗方式,让身体有足够的正气,阴阳恢复到平衡状态,病邪自然就被排出体外了。那么,应对呼吸系统疾病,中医有什么行之有效的方法吗?

【三九贴】

三九天是一年之中阴寒之气最

盛的时候,此时天寒地冻、阴盛阳衰,宜补阳气以驱寒。

“冬病冬治”是依据中医“天人相应”的原则,采用中医治法,在人体阳气最虚之时补气壮阳、扶正固本、抵御寒邪、预防疾病,同时巩固及加强“冬病夏治”的疗效,以达到未病防病、已病防变的目的。

三九贴适合慢性咳嗽、反复感冒、慢性支气管炎、哮喘、过敏性鼻炎等呼吸道疾病;体虚易感冒、消化不良、厌食、遗尿、生长发育迟缓等儿科疾病;风湿、类风湿、颈肩腰腿痛、痛风等疼痛性疾病;虚寒性胃痛、慢性胃肠炎、胃肠功能紊乱等消化系统疾病;月经不调、痛经、产后头痛、宫寒不孕、子宫内膜异位症等妇科疾病;免疫功能低下、阳虚体质、气虚体质、亚健康等人群的调理。

【中药香囊】

冬季是呼吸道疾病的多发季节,佩戴中药香囊可以起到增强免疫力、预防感冒的效果。

【督灸】

督脉行于脊背正中,为全身阳气汇聚之处,是传输精气的重要通道。肺肾功能强健与否与督脉密切相关,调理督脉可平衡阴阳、疏通气

血、补益肺肾。督灸疗法温补脾肾、扶正固本,可预防病情进展及加重,起到改善和保护肺功能的作用。

【推拿按摩】

推拿按摩历史悠久,通过按摩特定的穴位和经络,可以调节气血流通,促进身体的自愈能力。

【饮食调理】

中医强调饮食养生的重要性。对于呼吸系统疾病患者,应避免辛辣刺激性的食物,多食用清淡易消化的食物,如蔬菜、水果、粥等。同时,要合理搭配食物,增加免疫力,提高身体的抵抗力。

【草药茶饮】

中草药茶饮是一种常用的中医养生方法,可以通过饮用来改善呼吸系统疾病。例如,对于咳嗽症状较重的患者,可以饮用枇杷叶、川贝等草药茶饮,有助于化痰止咳。

【气功锻炼】

气功锻炼是一种通过调节呼吸和运动来改善身体健康的方法。例如,可以练习太极拳、八段锦等气功锻炼,有助于增强肺部功能和改善呼吸系统疾病。