

专家释疑

# 带您了解白血病

多数人对白血病的定义以及相关的治疗方法并不是很熟悉,这样就会影响疾病的治疗以及日常护理。

## 什么是白血病

白血病是一组骨髓和淋巴系统中异常增生的白细胞导致的恶性肿瘤性疾病。白细胞是血液中的一类细胞,它们主要负责身体的免疫防御。在白血病患者中,异常的白细胞增生导致正常的血液功能受到干扰。

白血病可分为急性和慢性两种类型,以及淋巴性和髓样性两种。这些分类基于疾病的发展速度和白细胞受累的类型。

**1.急性淋巴细胞白血病。**涉及淋巴细胞的异常增生,通常在儿童和年轻人中较为常见。病程进展较快,需要及时治疗。

**2.急性髓样细胞白血病。**涉及骨髓中的髓样细胞,可以发生在任何年龄,但在成年人中更为常见,也是一种进展较快

的白血病类型。

**3.慢性淋巴细胞白血病。**涉及淋巴细胞,通常在中老年人中更为常见。病程进展较缓慢,患者可能在多年内不表现出明显的症状。

**4.慢性髓样细胞白血病。**涉及骨髓中的髓样细胞,通常在中年人中发生。病程发展较缓慢,但可以转变为急性阶段。

## 白血病能治好吗

白血病的治疗取决于患者的具体情况,包括白血病的类型、分期、年龄和患者的整体健康状况。虽然白血病是一种严重的疾病,但许多患者通过现代医学的综合治疗,包括化疗、放疗、骨髓移植和靶向治疗,能够获得显著的生存和康复机会。

**1.化疗。**化疗是通过使用药物杀死或抑制异常增生的白细胞,以恢复正常血液功能。化疗通常以药物组合的形式进行,可以通过口服或注射的方式给予。

**2.放疗。**放疗使用高能射线照射白血病细胞,以抑制它们的生长。在一些情况下,放疗可以用于治疗局部病变或准备骨髓移植的白血病患者。

**3.骨髓移植。**骨髓移植是将患者的异常骨髓替换为健康的供体骨髓,旨在恢复正常血液细胞的生成。这是一项复杂的治疗过程,通常用于高危或高度进展的白血病。

**4.靶向治疗。**靶向治疗是一种利用特定分子或信号通路的药物,有选择地作用于白血病细胞,以减少对正常细胞的损害。这种治疗方法通常基于对患者个体基因组的了解。

**5.免疫疗法。**免疫疗法是一种利用患者自身免疫系统来攻击和摧毁白血病细胞的治疗方法,包括CAR-T细胞疗法等先进的免疫治疗。

**6.临床试验。**一些患者可能有资格参与白血病的临床试验,这是研究新治疗方法和药



物有效性的实验性研究。

**7.支持疗法和症状管理。**白血病治疗期间,患者可能经历一系列的副作用,包括贫血、感染和疲劳等。支持疗法包括输血、抗生素治疗、营养支持等,以提高患者的生活质量。

虽然许多患者通过治疗获得了长期的缓解,但白血病的治疗过程可能是漫长而复杂的,并且有时可能需要终身的监测和治疗。早期诊断和及时治疗对于提高白血病患者的生存率和生活质量至关重要。患者和家属应与医疗团队密切合作,共同制定适合个体状况的治疗计划。

石家庄市人民医院血液内一科 张永梅

专家提醒

## 老年人体检要查查智力和心理

老年人进行体检的时候,最好到神经内科(中医叫脑病科)做个智能状况的评估。如果老人出现了记忆力下降、日常生活能力下降,如不会扣扣子、去厕所找不到门、不会自己穿衣服等,最好做个脑部磁共振检查,看是否有脑梗塞、脑出血或脑部萎缩,这些症状都会引起老年痴呆。

除了身体健康,老年人的心理健康也很重要。现在独居的老年人很多,没有子女的陪伴他们会感到寂寞,如果老年人长时间处于这种精神状态下,久而久之可能会发生老年抑郁症,出现情绪低落、悲观失望、不想出门、不想与人接触等表现,进而影响身体健康,还可能出现高血压、消化功能紊乱、睡眠差等症状。

河南中医学院一附院脑病科主任 金杰

## 流感流行期间如何居家清洁

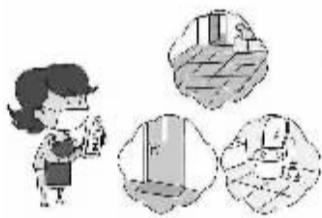
流感是一种高度传染性的病毒性疾病,主要通过打喷嚏和咳嗽等飞沫传播,也可经口腔、鼻腔黏膜直接或间接接触传播。接触被病毒污染的物品也可引起感染。在流感流行期间,保持家居环境的清洁和卫生是一项非常重要的预防措施。

### 定期通风换气

家中经常开窗通风可以有效减少室内空气中的病毒含量,应该每天至少打开窗户30分钟,根据具体天气情况每日通风2~3次,让新鲜空气进入房间内。

### 地面消毒

先用清水擦拭地面,然后配制浓度为500mg/L含氯消毒液,用拖布蘸取消毒液对地面进行擦拭消毒,每次消毒作用时间应大于30分钟,最后再用清水擦拭地面。需要注意的是,室内消毒时应让所有人暂时离开



房间,待到开窗通风30分钟、地面用清水擦拭去除消毒液后再进入房间。由于含氯消毒液具有一定刺激性,配制和使用时应戴好手套和口罩。

### 物品消毒

流感流行期间,毛巾、牙刷、牙杯等个人卫生用品可用煮沸、蒸汽、紫外线等方法进行消毒。水杯、餐具等用具煮沸或蒸汽消毒15分钟以上即可,建议每天至少消毒一次,并确保清洗彻底。接触频繁的物品表面,如门把手、桌椅扶手、楼梯扶手、水龙头、饮水机把手等处是消毒的重点区域,应定期进行清洁消

毒,可使用有效氯浓度为500mg/L的消毒液进行浸泡、喷洒或擦拭消毒,作用15分钟,再用清水擦拭干净。

### 保持手部卫生

使用流动水洗手是最常见的手部卫生消毒方法。流感流行期间,应使用肥皂或洗手液彻底清洗双手,特别是手指间、手腕和手掌等部位,用流动水冲洗干净后,要使用干净的毛巾或纸巾擦干双手。在没有流动水或无法及时清洗双手的情况下,可以使用手部消毒剂擦拭双手。手部消毒剂通常含有酒精或其他抗菌成分,能够杀灭大部分细菌和病毒。

除了以上方法,流感流行期间要尽可能避免与流感患者接触,这也是防止病毒传播的有效方式。如果发现自己或家人出现流感症状,应立即就医并遵医嘱用药。

河北省安平县中医医院 孙春燕

## 慢性肝病患者更易骨质疏松

肝硬化患者较健康人更易合并骨代谢异常(骨量减少、骨质疏松),慢性肝病患者由于维生素D代谢异常、钙吸收不良等因素,更易继发骨质疏松,其中以原发性胆汁性肝硬化、酒精性肝硬化、慢性乙型肝炎、肝炎后肝硬化患者最为常见。慢性肝病是发生骨质疏松的危险因素之一。

慢性肝病患者防治骨质疏松,首先要从调整生活方式入手,包括摄入含钙丰富的均衡饮食、适当锻炼、阳光照射,避免嗜烟、酗酒及慎用影响骨代谢的药物、防止跌倒等。其次是使用骨健康基本补充剂(钙、维生素D)。慢性肝病患者建议用活性维生素D3,如骨化三醇0.25~0.5μg/d,该药不受肝肾功能的影响。一般补充钙剂成人800mg/天,绝经后妇女及老年人1000mg/天;维生素D摄入量成人200IU/天,老年人400~800IU/天。治疗期间应定期监测血钙。

对于曾经发生脆性骨折、绝经后妇女、需长期使用糖皮质激素治疗(大于3个月)者,以及肝硬化患者,即使骨密度正常,也应2~3年后复查;应用大剂量糖皮质激素者,应一年后复查。如果确诊为骨质疏松,应该在使用钙剂和维生素D的基础上,联合使用抑制骨吸收药物(双磷酸盐、降钙素、雌激素)或促进骨形成药物(甲状旁腺激素)等。

对于胆汁淤积性肝硬化患者,使用熊去氧胆酸可以减轻胆汁淤积,促进维生素D及钙的吸收;酒精性肝病患者通过戒酒、增加营养,可改善肝功能,促进钙和维生素D的吸收,有利于预防骨质疏松。

北京地坛医院 段雪飞



## 骨质疏松

图说 我们的价值观

# 我友善 以福人

富强 民主 文明 和谐 自由 平等 公正 法治 爱国 敬业 诚信 友善

人福我福

核桃青画社供稿

中宣部宣教局 人民日报 漫画增刊 中国网络电视台