



我国首个 自主研发小分子 靶向抗肿瘤药 面世

本报综合消息 近日,记者从“十一五”重大新药创制”科技重大专项支持项目——盐酸埃克替尼研发成果发布会上获悉,我国具有完全自主知识产权的小分子靶向抗肿瘤创新药物——盐酸埃克替尼已于日前正式获得国家一类新药批文,目前已经正式上市。这标志着我国小分子靶向抗肿瘤药完全依赖进口的状况已成为历史。

盐酸埃克替尼是以表皮生长因子受体酪氨酸激酶为靶标的新一代靶向抗癌药,也是我国第一个有自主知识产权的小分子靶向抗肿瘤药。该产品首个适应症是晚期非小细胞肺癌(NSCLC)。据悉,肺癌是全世界范围内各种恶性肿瘤中的第一杀手,而晚期非小细胞肺癌约占所有肺癌患者的85%。

“盐酸埃克替尼研发项目取得的成功,说明‘十一五’重大新药创制取得了可喜成绩,不仅为‘科技惠及民生’交出了一份满意成绩单,更为实现我国从仿制向创新、从医药大国到医药强国的历史性转变做出重要贡献。”全国人大常委会副委员长桑国卫在发布会上说。

桑国卫指出,我国药物创新体系正在逐步形成,通过产学研紧密结合,我国医药研发正经历由仿制向创制转变的重大历史变革。对我国民族制药工业自主研发、拥有自主知识产权的产品,要加大市场开发力度和上市后研发工作,努力将盐酸埃克替尼培养成我国的重磅炸弹药物。他提出,要推动创新药物研发向寻求更加有效、个性化的治疗方法方面转变,努力将中国民族医药产业真正培育成为国民经济支柱产业,为提高我国人民医疗保障水平做出更大的贡献。

卫生部副部长陈竺也在发布会上表示,盐酸埃克替尼项目的成功,说明我国以“千人计划”为标志的国家人才战略和以国家新药创制重大专项为代表的国家新药创新战略取得了积极成果。作为卫生行政管理部门的负责人,他特别希望更多的自主创新药物能够进入国家基本药物目录,使得国家基本医疗卫生服务的基础上,享有自主创新成果。

据悉,盐酸埃克替尼开发研制经历了10年,从临床前研究到临床研究,全部在国内完成。盐酸埃克替尼由浙江贝达药业公司成功研制,拥有中国和包括美国、欧盟各国等在内的国际专利。贝达药业由国家“千人计划”获得者丁列明等6位留美归国博士于2003年在杭州创建。盐酸埃克替尼项目先后获得国家科技部的创新基金、“863计划”、重大新药创制专项和国家、浙江省、杭州市“十一五”重大专项的支持。

(《中国医药报》)

初秋养生重收敛

暑未去,秋已至。

每年8月8日或9日,是二十四节气中的立秋,意味着秋天正式登场亮相。立秋后,天气逐渐由湿热转为干燥,人体也到了“夏秋之交”的分水岭。《管子》中记载:“秋者阴气始下,故万物收。”秋季处于“阳消阴长”的过渡阶段,这个时候,人体的各项机能也会相应改变,人尤其容易出现倦怠、乏力、烦躁的感觉。

在夏秋之交时,我们该如何养生?进入秋季,该如何养阴?又该如何防秋燥、秋乏?记者采访了中医专家,请他们为您答疑支招。

长夏需防湿邪

一年有“五季”,你听说过吗?

“气候学把一年划分为四季,中医学则把一年分为‘五季’。”河南中医学院兼职教授刘寿森告诉记者,除了春夏秋冬外,中医将农历七月称为“长夏”季,具体时间划分是在立秋后到白露前。

与秋季的干燥不同,长夏多湿。刘寿森说,中医学认为,每个季节都有自己的主气,其中“湿为长夏之主气”。这个季节暑热未消,加上多雨潮湿,空气中的湿度是一年中最大的。湿和热都属于导致人体发病的“六邪”,这时人最容易患上脾胃消化类、关节、泌尿系统疾病。

刘寿森介绍,《黄帝内经》中有记载:“伤于湿者,下先受之。”意思是湿邪伤人,人的下肢最容易先中招,如常见的脚气、下肢溃疡、关节炎等病症,往往都与湿邪有关。因此,在长夏季节,我们一定要注意保持室内干燥,室内的相对湿度应保持在70%以下为宜,平时可多开窗通风。

除了下肢外,湿邪侵袭还容易让人出现头晕、倦怠、嗜睡等症,严重者还会伤及脾胃,造成急性肠胃炎、腹泻。长夏要防止湿邪侵袭,要尽量避免滴水、淋雨,雨天要携带伞具做好防护。另外,不要在草地或是潮湿的地方长时间坐卧,也不要睡在地板上。

长夏期间,人们要保持身体干燥,出汗或是游泳后要及时将身体擦干,不要用冷水洗头或淋浴。饮食上应少吃生冷食品,以保护脾胃消化功能,可多吃些山药、红小豆、莲子等有健脾除湿作用的食物,还可多吃些具有清热利湿作用的粥品,如绿豆粥、荷叶粥、红小豆粥等。我们还可以自制中药茶饮,如用沙参15克、麦冬15克、天冬15克和甘草6克,熬水煎服或用沙参、麦冬、天花粉、生地、玉竹和百合各15克煮水喝,都可以起到清热利湿的作用。

刘寿森提醒,你如果已经受到湿邪的严重侵袭,一定要及早就医,症状较轻的患者可自行服用姜糖水、藿香正气水等治疗。



初秋养生重收敛

尽管眼下“秋老虎”仍在肆虐,但早晨和夜晚已经可以感受到一丝秋的凉意了。

《素问·四气调神大论》记载:“夫四时阴阳者,万物之本也,所以圣人春夏养阳,秋冬养阴,以从根本,逆其根则伐其本,坏其真矣。”这是古人总结的四季养生宗旨,告诫人们养生要顺应自然规律,秋季养生应该遵循“收、养”原则,还要因人而异、因时而异。

刘寿森表示,秋季可以以立秋、处暑、白露、秋分、寒露、霜降这6个节气将其划分为3个阶段,即初秋、仲秋和深秋,每个阶段各有不同的侧重点。

立秋、处暑是第一阶段,即初秋。“还没有出三伏,这一阶段还不能完全按照秋季特点来养生。”刘寿森表示,俗话说:“一夏无病三分虚。”人们在经历了炎夏酷暑的煎熬后,身体免疫力和抵抗力都有所下降,气候变化容易使人体产生倦怠、乏力的感觉,还容易引发感冒、腹泻、支气管炎等疾病,这就要求人们适时收敛阳气、清热除湿和适当清补。

刘寿森建议,在饮食上,宜多吃绿豆等祛暑食品,但脾胃虚寒者要少吃。不要贪凉,忌食生冷食品,可多吃些莲藕、葡萄、蜂蜜等滋阴润肺的食品。在起居上,应“早睡早起,与鸡具兴”,即要早睡早起,以收敛阳气。在衣着上,初秋宜“秋冻”,不要忙着加衣服,让身体能逐渐适应气候转冷。在运动方面,每个人可根据自己的具体情况选择不同的锻炼项目,但要以舒缓为主,如太极拳、慢跑等。

这段时间,我们稍微留意一下就会发现,身边的很多人一到中午就哈欠连天,且有一种说不出的疲倦感,这就是人们常说的“秋乏”。刘寿森指出,这是秋季人体的自然生理反应,经过一段时间的调整就能自然消除。

工作没状态、学习没劲头,连胃口都跟着变差,有没有缓解秋乏的好办法呢?刘寿森表示,解秋乏最重要的就是随季节改变作息习惯,如晚上10点半之前要睡觉,午睡半小时等。人们还可以通过经常梳头来改善头部血液循环,促进大脑的血液供应,有助于保持头脑清醒,乘公交车或是站立时,可多做提肛运动,也可提神解乏。“给自己泡一杯浓茶或者咖啡,立马来精神。”李女士告诉记者,当感到疲惫时还可以嚼嚼口香糖,同样能够起到提神醒脑的作用。

仲秋养生慎防燥

白露和秋分之间是第二阶段,即仲秋。俗话说:“白露秋分夜,一夜凉一夜。”这时天气已经转凉,人们在享受秋高气爽的同时,也要领教“燥为秋之主气”了。

刘寿森表示,在中医学中,把秋季的干燥称之为燥邪,燥邪易伤肺。燥邪致病有内燥、外燥之分,外燥大多从口鼻侵入,病症表现为口舌溃烂、咳嗽、咽干等。内燥多因自身高热造成,多会导致身体津液不足,病症表现为咽喉肿痛等。另外,燥邪伤肺还会引起声音嘶哑、皮肤干涩、掉头发、便秘等症。

“应对秋燥,要从饮食调养入手,应多吃滋阴润肺的食品。”刘寿森介绍,《素问脏气法时论》记载:“秋主肺——肺收敛,食酸以收之,用酸补之,辛泻之。”所以,饮食要减辛增酸,少吃葱、姜、蒜、辣椒等辛辣食品,可适当食用芝麻、南瓜、糯米、桂圆、红枣等滋润的食物,以滋阴润肺、益胃生津。

刘寿森表示,适当运动也是增强肺部功能、应对秋燥的好办法。不同人群可以根据自身特点来选择适合的运动项目,但都不宜过于劳累,运动量不宜过大,如游泳、爬山都是不错的选择。

老年人还可以在家做秋季吐纳养生功,具体方法为:早晨起床后,先闭目静坐,上下叩齿64次,然后将口腔分泌的津液咽下,紧接着开始做腹式深呼吸。吸气时,舌抵上腭,用鼻子吸气,待腹腔鼓起后,再将气慢慢从口中呼出,如此每天反复15次左右。长期坚持有强肺健身的功效。

仲秋时节还是“贴秋膘”的最佳时机。刘寿森提醒市民,“贴秋膘”一定要适度,尤其是一些老年人和慢性病患者,要根据自身情况确定进补方法,在选择食品、药品前,可向专业医师咨询,不可盲目进补。

等到了寒露、霜降时节,也就进入了第三个阶段,即深秋,那就要开始做入冬的准备了。

(《洛阳晚报》)