

一、使用新型流感疫苗。

美国疾病预防控制中心指出,2014 年~2015 年美国流感疫苗预防有效率仅为 19%,相比之前的 51%,有效率大幅下降。原因在于,流感病毒不断变异,疫苗不能很好地匹配新型的流感病毒。今年,美国开始投放新型流感三价疫苗,可有效预防三种常见病毒引起的流感。

二、加强警告:常见止痛药会伤害心血管。

每年,数以百万计的美国人每天服用布洛芬、萘普生等非甾体类抗炎药治疗头痛、关节痛等各种疼痛,这类药属于非处方药,人们能在药店自行购买。然而,今年美国食品和药品管理局警告称,这类药通过阻断前列腺素发挥作用来止痛,而前列腺素能促进心脑血管的健康,阻遏前列腺素会增加心脏病和中风发作的风险。

三、修改膳食指南。

美国最新发布的膳食指南指出,大约一半美国成人(约 1.17 亿)存在一个或多个本来能够预防的慢性病,患病多和饮食习惯较差、缺乏身体活动有关。新版膳食指南在每天胆固醇摄入方面做了大的修改。旧版建议,每天胆固醇摄入别超 300 毫克,但新版指出,过度摄入胆固醇不是一个值得关注的营养问题。因为事实表明,血液中的胆固醇只有一小部分来自饮食。当然,这并不意味着大家可以进行高胆固醇饮食。

四、应用新型救护车,快速抢救脑卒中。

脑卒中分为两种:一种是血栓阻塞大脑动脉导致的缺血性卒中,另一种是出血性卒中。两者抢救方法截然不同,前者需尽快注射溶栓药,而这一方法如应用于后者,则会让病情变得更糟。因此,及时判断脑卒中类型是抢救的关键。目前,一种配备 CT 和传输功能的新型救护车在美国开始测试,能给患者做 CT 扫描,还能将扫描结果第一时间传给专科医生,以便即刻判断并确定治疗方案。

五、多项医学创新技术开始应用。

由于患有视网膜色素变性这种遗传病,艾伦已经失明 10 年了。在今年接受仿生视网膜植入后,他再次看到了家人的面庞。这种视力增强设备的工作原理是,患者戴副眼镜,上面配备的摄像头可将捕捉到的图像转换成电子信号,发给视网膜植入物,患者便能看到物体的形状和运动。随着研究的深入,患者将看得越来越清楚。此外,人工胰腺可根据自动监测给人注射胰岛素;新一代假肢更加灵活、舒适,能让残疾人自由地奔跑。

六、预防艾滋病有了新突破。

不断有证据表明,暴露前预防法利于预防艾滋病感染。暴露前预防法,是指在服用“特鲁瓦达”这种美国批准的暴露前预防药物的同时,结合安全性行为,可使高危人群艾滋病的感染率大大降低。今年 9 月发表的一项研究指出,针对 657 例受试者进行超过两年半的调查发现,使用暴露前预防法,可有效预防高危人群新发艾滋病感染,这项研究第一次验证了暴露前预防法的效果。

七、解锁 2 型糖尿病的秘密。

美国西奈山伊坎医学院在分析超过 1.1 万名 2 型糖尿病患者的电子病历和基因数据后发现,2 型糖尿病患者存在不同的特定基因标记,可分为 3 个不同的亚组:第一个亚组的患者更肥胖,易发肾脏、眼部并发症;第二个亚组易发某些癌症和心脑血管疾病;第三个亚组与过敏、神经系统疾病相关。研究人员认为,研究结果可能推动 2 型糖尿病的靶向诊断和治疗,但仍需更多研究。另外,美国爱荷华大学研究发现,葡萄球菌可能引发 2 型糖尿病症状。

八、研发出预防类风湿关节炎的疫苗。

类风湿关节炎是一种慢性自身免疫性疾病,由于免疫系统错误地攻击关节滑膜,从而引发炎症和疼痛。目前,病因尚不清楚,在治疗上多以延缓病程、减轻痛苦为主。今年,美国昆士兰大学研发出一种疫苗和免疫疗法,疫苗专为携带类风湿关节炎基因和特定抗体的人群设计,可起到预防作用;免疫疗法通过提取血液中特定类型的免疫细胞,个性化治疗每位患者。早期临床试验发现,两种方法具有一定的效果,但由于过于昂贵和耗时,因此还不适合广泛使用。

九、精准医学改变癌症治疗。

乔安妮是一名战胜乳腺癌的患者,为防止癌症复发,研究人员将她的乳腺癌细胞提取后在老鼠背上培育,老鼠作为她的“模型”接受各种治疗,以便研究人员筛选出对乔安妮最有效的药物。这种根据患者个体进行针对性治疗的做法,被称为精准医疗。

十、干细胞治疗延缓渐冻人病情。

研究发现,干细胞治疗可使健康细胞替代损伤细胞,治疗疾病。作为一种神经退行性疾病,肌萎缩性脊髓侧索硬化症(俗称“渐冻人”)损伤大脑和脊髓神经细胞,目前尚无治愈方法。今年,美国梅奥诊所的研究发现,干细胞治疗可减缓甚至阻止渐冻人病情恶化,为该病患者第一次带来真正突破性的希望。原因目前还不清楚,一种解释是干细胞能保护神经。

2015 年

十大医学里程碑事件