



男子十几年只喝饮料，确诊肝癌晚期 用饮料代替水，真的不可行

“肝癌？你们没搞错吧？”37岁的张先生拿着检查报告，满脸的不可置信，反复向医生询问确认。张先生说自己身体一直蛮好，平时感冒都很少有，怎么就变肝癌了？医生询问后得知，张先生从大学时就有一个习惯——用饮料代替水。渴了就买各种果汁、能量饮料、奶茶……

“很多人有个认识误区，觉得胖的人才会有脂肪肝，其现在在很多脂肪肝患者表面上看起来并不胖，甚至有些是偏瘦的。”医生解释道。肝胆胰外科、微创外科副主任刘杰告诉他，虽然脂肪肝演变成肝癌的病例并不多见，但近年来多项研究表明，肝癌患者中存在脂肪肝（脂肪性肝炎）病史的比例正在逐渐增加。张先生的情况已经不适合手术，但医生表示，肝癌患者即便在发现时暂时无法手术，还可以通过射频治疗、免疫治疗、靶向治疗等多种手段重获手术机会，所以即便到了中晚期，也不能放弃希望。在医生刘杰的鼓励下，张先生正在积极治疗中。

刘杰告诉记者，从既往病例来看，脂肪肝到肝癌的进展缓慢，大致需要经过“脂肪肝-肝纤维化-肝硬化-肝癌”四个阶段。但也有个别病例会跳过中间两个阶段，从脂肪肝直接发展成肝癌。“脂肪肝和肝癌早期通常不会有什么明显的症状表现，有些患者会觉得右上肋区不舒服，或是腰背疼痛、乏力等，但这些症状都不是很典型。”刘杰表示，脂肪肝还是很多慢性病的危险信号，比如糖尿病、冠心病、高血压、高血脂等，所以如果体检时查出脂肪肝，还是要尽早干预，通过改善不良生活方式与积极治疗，才能从源头实现“逆转”。刘杰介绍，目前针对脂肪肝的检查，B超是

最便捷和行之有效的办法，建议每年进行一次B超检查。另外，如果验血时发现甲胎蛋白和异常凝血酶原两个指标有异常，就要特别注意了，因为这两个指标与肝癌有很大关联。

肥胖虽然是脂肪肝形成的一个重要因素，但不是唯一因素。值得注意的是，有的人身体不胖并不代表没有脂肪肝。“有少数患者，不胖也有脂肪肝，诸如快速减肥、营养不良、糖尿病等也会导致脂肪肝。瘦子一样有脂肪肝，吃素的人也可能是脂肪肝患者。”刘杰提醒大家，要想消除脂肪肝，这“三驾马车”很重要：

1. 减重

- ① 应少食多餐，解决胃的空胀感，将胃缩小之后自然减重；
- ② 饭前应喝汤、吃水果，既能产生饱腹感，又能获取糖分，提高水果利用率，一举多得；
- ③ 调整饮食结构，少吃米饭、馒头等淀粉类食品，多吃蛋白质、奶制品等耐饿食品；
- ④ 晚上应少食。

2. 运动

通过练哑铃、蹲起等方式锻炼肌肉，可以有效抑制胰岛素的抵抗带来的肝损害、血管内壁损害等问题，同时起到减少热量聚集、治疗糖尿病、改善血脂等多重作用。

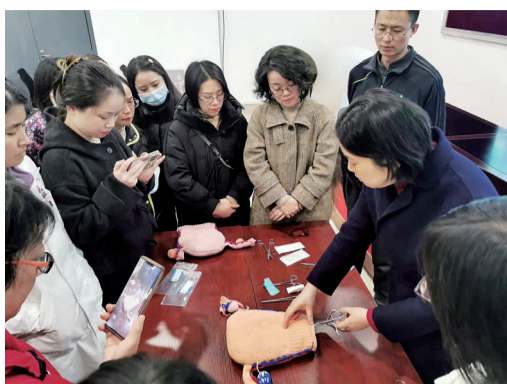
3. 药物治疗

在个人控制饮食和运动的基础上，配合医生用药治疗，“三驾马车”协同共进，就能及时、有效地控制脂肪肝。

据上游新闻



西南医院妇产科专家团下基层 为群众解决急难愁盼问题



宫颈机能不全引起中期妊娠习惯性流产及早产的常见原因，宫颈环扎术是治疗宫颈机能不全的唯一术式和有效方法，对于预防和治疗早产、流产等妊娠问题具有重要意义。11月25日，为提高应用单位对宫颈环扎术这一适宜技术的掌握和应用能力，以更好地服务于广大患者，由陆军军医大学第一附属医院（西南医院）妇产科阎萍副教授、戴礼猛副教授和李丽副主任护师组成的培训团队，对重庆市城口县妇幼保健院进行了重庆市卫生健康委员会适宜技术推广项目——《宫颈环扎术的推广应用》（2022stg029）培训指导。

培训活动现场，阎萍副教授讲授了宫颈机能不全的诊治方法，深入浅出地讲解了宫颈机能不全的诊断标准、宫颈环扎术手术术式手术技巧恶化注意事项，宫颈环扎术是一种安全有效的治疗方法；李丽副主任护师现场重点讲解了宫颈环扎术患者的护理要点及术后护理的重要性；戴礼猛副教授通过从遗传学角度分析了妊娠丢失的原因，为参会医护人员提供了新的诊疗思路。此外，本次培训活动中还特别安排了宫颈环扎术实操环节。在阎萍副教授的示范下，参会人员进行了手术模拟操作，并就手术过程中的问题进行了答疑和总结点评。通过实操环节，参会人员更加深入地掌握了宫颈环扎术的操作技巧，为今后的临床工作打下了坚实的基础。

“通过此次培训，不仅提高了自己的专业知识和技能水平，还加深了对宫颈环扎术的认识和理解。”重庆市城口县妇幼保健院医相关负责人表示，今后将积极运用所学知识和技能服务于患者，为提升基层医疗服务能力贡献自己的力量。

近年来，西南医院妇产科团队紧紧围绕人民群众生命安全和身体健康，聚焦群众就医急难愁盼问题，着力提升医疗服务能力和水平，不断改善就医体验，踔厉奋发谱写卫生健康事业新篇章。“科室将继续秉承‘以人为本、服务至上’的理念，为人民群众提供更加优质、高效的医疗服务。”西南医院妇产科负责人表示，下一步将积极探索和推广适宜技术，为提升基层医疗服务能力和水平作出更大的贡献。

张远

中国基因编辑新突破 全球百万失明者迎来曙光

你知道吗？全球有200多万人因基因突变导致失明。这个数字是不是让你惊讶，在我们印象里，大部分眼病应该是后天引发。2023年3月，国际顶级期刊《实验医学杂志》发表的一篇文章为这些因基因突变造成的失明者带来一道曙光。武汉科技大学姚凯团队设计出新型通用基因编辑工具，让失明小鼠恢复视力，重见光明。

其实，许多先天性失明和后天性失明与基因突变相关。通过基因研究发现，有100多种不同基因的突变可能引起失明。包括雷柏氏先天性黑矇（LCA）、家族性渗出性玻璃体视网膜病变（FEVR）等。一般的治疗方法只能针对症状进行缓解，而且需要终身治疗，除非对突变的基因进行基因编辑，也就是对引起疾病的基因突变进行“修正”，才能达到真正的治疗效果。

武汉科技大学视神经科学与干细胞工程研究院院长、生命科学与健康学院姚凯教授带领四名“90后”博士生，

构建了一种新的通用型基因编辑工具，命名为PESpRY。这种新的基因编辑工具克服了原有基因编辑工具的缺陷，既不受基因突变类型的限制，也不受基因突变位置的限制，能够对全基因组进行无限制修正。并且研究团队首次将这一技术运用于治疗失明的小鼠，治疗后的小鼠视觉能力几乎恢复到正常水平。这是国际上首次在成体动物上实现无限限制的基因编辑，也是首次实现直接编辑视网膜神经细胞基因组，特别是不健康或濒临死亡的感光神经元。本次研究的意义重大，这意味着在实验动物水平，中国已经能对特定的细胞的基因突变进行修改，基因编辑技术有望成为一种真正的基因药物。姚凯表示，在充分证明其安全性的前提下，这种技术最终有望开发形成一种基因药物，在患者眼部采用手术方式注射，最快2周后即可逆转视力损失，重见光明。如果这项技术得到推广，可让全球上百万失明者重见光明。

据科普中国

第九届世界中联急症专委会年会在渝举行 岐黄学者助力重庆中医药高质量发展

11月25日，由世界中医药学会联合会急症专委会主办的第九届世界中医药学会联合会急症专委会年会暨重庆市卫健委继教项目“名老中医药家方江学术传承学习班”在大足举行。来自浙江、四川、陕西、广东等地的国内众多知名专家就中医、中西医结合急危疑难病症进行广泛的学术交流与探讨，助力重庆中医药事业高质量发展。

重庆市近年来出台《关于促进中医药传承创新发展的实施意见》，重新制定《重庆市中医药条例》，加大中医药财政投入，争取到1个国家传承创新中心、2个中医类国家区域医疗中心建设项目，特别是今年重庆中医药大学揭牌成立并顺利招生，填补了重庆长期以来没有独立中医药大学的空白。

市卫生健康委员会中医综合处副处长唐波介绍，世界中联作为全球最大的国际中医药组织，搭建了高水平、高规格、宽视野的交流平台。在岐黄学者方江教授的牵线搭桥下，来自全国各地的领导和专家汇聚重庆，为中医工作者提供学习机会。上海中医药大学附属龙华医院方江教授创新“名医工作室联合体”工作模式，提出名医下基层理念，目前在重庆已建有8个传承工作室，每季度都亲临重庆带教指导、传道解惑；通过与市中医院、永川区中医院、渝北区中医院、潼南区中医院、铜梁区中医院、大足区中医院、垫江县中医院等医院强强联合，充分发挥了名中医带动作用，助力重庆中医特色科室建设向纵深发展，为更多患者解忧。

重庆晨报记者 陈军

刊登 15018333716
热线 15023163856

西派宸樾二期交房公告
尊敬的西派宸樾业主：
中国铁建·西派宸樾二期【报建名：中铁建大渡口项目二期T1-1-1号地块】项目1#楼-4#楼、7#楼、地下车库已通过竣工验收，取得《重庆市房屋建筑和市政基础设施工程竣工验收合格意见书》，现已具备交付条件。

结婚启事
2023年11月26日 星期四 农历癸卯年十月十四
新郎 刘昌 新娘 伍文婷
祝你们新婚快乐，永结同心，百年好合。
一定要非常的幸福！
特此登报，敬告亲友，亦作留念。

重庆虎啸置业有限公司废旧塑料循环利用及塑料制品制造生产项目环境影响评价公示
重庆虎啸置业有限公司废旧塑料循环利用及塑料制品制造生产项目环境影响评价公示
重庆虎啸置业有限公司废旧塑料循环利用及塑料制品制造生产项目环境影响评价公示

中铁房地产集团重庆有限公司
2023年11月25日
土地源·玖玺香都1#、2#、3#、4#、5#、6#、7#、8#、9#楼交房公告
尊敬的“天地源·玖玺香都”业主：
我公司开发建设的重庆市九龙坡区火炬大道10号“天地源·玖玺香都”项目1#、2#、3#、4#、5#、6#、7#、8#、9#楼住宅楼已竣工并验收合格，符合《商品房买卖合同》中约定的交付条件。现定于2023年11月30日交房。请购买本项目1#、2#、3#、4#、5#、6#、7#、8#、9#楼住宅楼的业主携带相关资料与资料（商品房买卖合同、购房发票、大修基金票据、契税票据等）到天地源·玖玺香都项目9幢架空层办理交房手续。特此公告！
咨询电话：023-69038888（天地源·玖玺香都营销中心）
天地源·玖玺香都售楼部地址：重庆市九龙坡区恒胜公交站旁
重庆天投房地产开发有限公司 2023年11月27日

遗失由重庆辰盛企业管理有限公司开具给周周美术（李勇波）的3张保证金收据，编号分别为：NO.6667240、NO.8693959、NO.6691578，声明作废。
沙坪坝区上通源器材经营部遗失中国移动通信集团重庆有限公司开具专用发票201200023149金额800元声明作废。
经营者名称梁少峰遗失2020年12月21日颁发的食品经营许可证正证，编号：JY25001061006194声明作废。