



省立医院医生发明获国家专利

该发明填补了国内人源化遗传性高血压大鼠模型的构建方法技术领域的空白

海都讯(记者 林宝珍) 近日,由福建省立医院心内科王欢博士牵头的高血压研究团队协同药学部孙红副主任药师共同构建的“新型人源CACNA1D基因胚系突变SD大鼠模型”(简称“WKH大鼠模型”),获得国家发明专利。该发明填补了国内人源化遗传性高血压大鼠模型的

构建方法技术领域的空白,为探索降压作用新的靶点提供了研究模型。该研究相关内容已发表于高血压权威杂志 Journal of Hypertension,并被《中华高血压杂志》和《中国中西医结合杂志》同时引用。

据介绍,原发性醛固酮增多症(PA)是一种以醛固酮分泌过多引起的高血压

和低血钾,是继发性高血压和难治性高血压最常见的病因。目前,该领域的动物模型不多,特别是符合人类原发性醛固酮增多症,尤其是发病率占60%的双侧醛固酮增多症(BHA)的动物模型更是缺乏。

由国家临床重点专科建设项目、国家自然科学基金青年科学基金、福建省自然基

金面上项目和医院高水平建设科研联合基金共同资助,在曾赴美国梅奥医学中心博士后进行研究的王欢博士牵头下,研究团队采用基因测序技术,对临床具有家族聚集性青少年高血压患者,进行单基因高血压相关43个致病基因的编码区及侧翼区检测,并通过致病性的判定确定致病基因,然

后利用基因工程技术构建了WKH大鼠模型。

据介绍,福州一对双胞胎姐妹在怀孕时都患有重度子痫前期(妊娠高血压的一种),她们的妈妈和弟弟也患有高血压。为评估有无妊娠加重性高血压的风险,她们在省立医院高血压研究团队的指导下做了基因检测,结果发现都有CA-

CAN1D基因突变。随后,这个家族的11人做了基因检测,9个人存在CACAN1D基因突变,6个人有高血压。据悉,正是有了这个家系发现,激发了省立医院高血压研究团队对CACAN1D基因突变进行进一步的课题研究,最终完成了WKH大鼠模型的构建。



跟练“鳄鱼爬” 关节竟接连受伤

骨科专家表示,人到老年运动强度要把握,尤其不要跟风选择“另类健身”或“热门”运动

Z
海都记者
胡婷婷

前段时间,快60岁的康父腰椎出现不适,听常在公园锻炼的老友说,“鳄鱼爬”的动作有利于缓解,便加入公园“鳄鱼爬”健身队,像鳄鱼一样慢慢往前爬行,往前一步,就做一个俯卧撑。每天锻炼一个小时,过了一周,康父腰椎未改善,反而腰背部疼痛难忍,肩关节和膝关节也受伤。

福州市第一医院骨科主任林昌慧表示,人到老年,经常性地做一些锻炼是好事,但时间、次数、强度一定要把握。尤其不要跟风选择“另类健身”或“热门”运动,要因人而异,选择适合自己的运动方式,游泳、散步、太极拳都是比较适合中老年人的运动。



神操作

每天爬1小时治腰椎 未见效反受伤

康康:你腰椎最近又不舒服了?可得多注意。

康父:听说“鳄鱼爬”有利于改善腰椎问题,我加入了公园“鳄鱼爬”健身队。

康康:这个锻炼方式挺“另类”,如果效果好,我们也加入。

康父:刚开始试爬行一圈,感觉通体舒泰,挺舒服,这怎么连续爬行一周,腰背部更痛,而且肩颈、膝盖也不舒服?

林主任:“鳄鱼爬”并不适合老年群体!你的核心肌群没有达到“鳄鱼爬”的条件,反而更容易损伤。

林昌慧

福州市第一医院骨科主任



医点通

不建议盲目跟风
“热门运动”

“如果老年人的核心肌群没有达到‘鳄鱼爬’的标准,就可能损伤核心肌群,导致腰背部、肩关节、肘关节、髋关节、膝关节等重要结构受伤。”林主任介绍,四肢趴地的“鳄鱼爬”类似于动态版四点支撑,可以锻炼到全身,包括肩颈、腰背、腿部等,但这种锻炼方式对于核心肌群要求非常高,对四肢肌肉力量、协调性,都有很高的要求,所以并不适合老年群体,患关节炎或腰、腹、背部有伤的人也不适合这种锻炼方式。

“我在门诊中经常遇到类似健身、瑜伽造成的骨骼肌腱性组织甚至脊柱损伤的患者。”林主任介绍,除了“鳄鱼爬”,包括一些健身运动、一些非常规瑜伽动作,并不具有普适性。对于不同个体来说,要根据自身的身体素质来考量是否适合跟着锻炼,不能盲目跟风选择。尤其老年人生理功能逐渐降低,对体力负荷的适应能力较差,更要量力而行,因人而异来选择适合自己的运动方式。此外,不管做什么运动,都要把握好锻炼的量,不要超过身体负荷,适得其反。

小贴士

这三项运动 比较适合老年人

散步 步行是老人锻炼最简便、安全的运动,合理科学的步行,不会对关节造成太大的压力,同时可促进体内新陈代谢,甚至能达到慢跑锻炼所带来的效果。

太极拳 太极拳男女老少皆宜,在打太极拳锻炼过程中,可以达到修身养性、陶冶情操、强身健体的目的。如果不喜欢打太极拳,还可以选择八段锦等其他锻炼方式。

游泳 “老年人也可以根据自身条件选择游泳这一运动方式,游泳不仅可以使得四肢得到锻炼,还能增强肢体和关节的柔韧性,以及灵活性,尤其对身体胸腹背肌肉也有很不错的强化作用。”林主任提醒,游泳前要对身体进行自检,有严重的心血管疾病、皮肤病和传染病的老人不宜游泳。

“讲文明 树新风”公益广告



中共福建省委文明办
海峡都市报社

宣