

省肿瘤医院和鄞州人民医院肿瘤专家讲解高发癌症的防治

甲状腺癌有家族遗传特点

本周是第20届全国肿瘤防治宣传周,也恰逢浙江省肿瘤医院与鄞州人民医院携手成立宁波肿瘤诊疗中心一周年。4月13日,鄞州人民医院与浙江省肿瘤医院、鄞州区癌症康复协会组织了15位肿瘤专家在鄞州联盛广场举行了大型肿瘤义诊咨询活动。活动结束后,义诊专家还向记者介绍了6种高发肿瘤治疗误区和目前一些常见肿瘤的预防知识。

记者 苏钧天
通讯员 张基隆



4月13日举行的义诊活动中,鄞州人民医院副院长李嘉根(右一)在为前来咨询的市民解疑。

肺癌：久咳不愈的患者要警惕

鄞州人民医院肿瘤放疗科三十二病区主任陈俊告诉记者,肺癌是男性的头号杀手,约占全部肿瘤的1/6。临床诊断肺癌的病人中80%以上为中、晚期病例。另外,患上肺癌的年轻人不在少数,咳嗽有异常时一定要警惕。

肺癌主要表现为咳嗽、痰血、胸闷、胸痛和消瘦等,部分病例可出现发热、咳嗽,早期症状常为无痰或少痰的干咳,症状加重时可出现刺激性干咳或痰中带血。胸痛为不规则钝痛和隐痛,特别是肋骨、肩胛骨、脊柱有压痛。肿瘤组织压迫邻近组织和器官时,可出现声音嘶哑、呼吸困难、吞咽困难、上腔静脉阻塞综合征等。部分患者还可并发胸腔积液、阻塞性肺炎、阻塞性肺不张和局限性肺气肿等。

陈俊说,肺癌发病率高,吸烟是头号元凶,环境污染、空气污染也是相关因素。因此,养成良好的生活习惯和保护环境对人类健康非常重要。

防治

据陈俊介绍,目前早期肺癌主要的筛查方法是胸片与痰液细胞学检查:

X线胸片方便经济,患者无痛苦,但缺点是发现直径小于1厘米的肿物。痰液脱落细胞学检查是肺癌诊断简单易行的重要方法之一,具体方法是:将晨起后深咳排出的第一口痰液(最好是带血的),连续送检6~8天,以排查其中是否有脱落的癌细胞。

乳腺癌：富含雌激素的补品要慎用

浙江省肿瘤医院主任医师王晓稼说,乳腺癌是女性易发的恶性肿瘤,近年来发病率的上升速度很快。乳腺癌发病的原因也有很多,除环境因素外,还有一些饮食和生活方式的改变以及工作状况等。

不少实验证明,月经来得早、绝经晚以及初次生育年龄超过30岁或未生育未哺乳的女性,患乳腺癌的可能性会更高一些;而有过两年以上哺乳经历的女性,患乳腺癌的几率较低。

王晓稼说,有一种乳腺癌致病因素要特别引起大家的注意——爱美女性为了使乳房丰满而使用、服用激素类药物,导致内分泌紊乱,大大提高了乳腺组织癌变的可能性。“比如说雪蛤(蛤蟆的卵巢),它里面含有雌激素,有些女性喜欢服用雪蛤以达到皮肤年轻、胸部丰满的目的。但

物极必反,过度摄入这种雌激素丰富的补品,就可能引起人体代谢失调、内分泌紊乱,患上乳腺癌的可能性就会成倍增加。”

防治

相比其他恶性肿瘤,乳腺癌能够进行自查,鄞州人民医院医生介绍了两种自查方法:

A. 洗澡时检查。左手放在脑后,右手手指伸直并拢,用指腹以螺旋方式进行仔细检查左侧乳房,看看是否有硬块;再将右手放在脑后,以同样方法检查。**B. 镜前检查。**站在镜前,双手垂下,看看乳房外观是否正常、轻捏乳头有无分泌物、再检查腋下有无结节肿大。然后将双手高举过头再查一次。鄞州人民医院肿瘤外科专家还告诉记者,该院超声科通过对患者实施“3D”B超检查,能够早期发现微小乳腺肿瘤。

妇科肿瘤：未婚女性也不能大意

不久前,省肿瘤医院妇科医生邵株燕接诊了一名患者,是一名刚毕业不久的女孩,还没有结婚。女孩因为长期内分泌失调,月经周期不规则求医,而检查的结果则表明,她患上了子宫内膜癌。

邵株燕说,妇科肿瘤包括宫颈癌、子宫内膜癌、卵巢癌等,大多数人可能会认为妇科肿瘤是已婚女性的事情,其实未婚少女也要警惕妇科肿瘤,尤其是长期月经不规则、经量不规则且久治不愈的人。另外长期接触雌激素、内分泌失调和患有代谢综合征的人群,也要重视。

据邵株燕医生介绍,由于滥用滋补美

容品、不良生活习惯、环境激素污染等因素,妇科肿瘤开始“盯”上年轻女性。因此,未婚女性一旦出现下腹有隐痛、白带不正常、外阴瘙痒、腰酸、继发性痛经等症状时,应该及时去妇科就诊。

防治

邵株燕提醒:女性朋友一定要注意个人卫生,养成良好的卫生习惯。同时,应尽量少用护垫,以免滋养细菌导致阴道炎或宫颈炎。另外,不计划外生育、注意经期卫生、避免不洁性生活等良好生活习惯,也是规避这些疾病来袭的重要方法。

甲状腺癌：有家族遗传的特点

去年,市疾控中心的一份抽样调查数据显示,我市普通人群甲状腺结节发病率高达33.55%,也就是说,10个人中就有3个人患有甲状腺结节。

鄞州人民医院副院长李嘉根主任医师说,绝大多数的甲状腺结节患者没有临床症状,但当结节压迫周围组织时,会出现声音嘶哑、憋气、吞吐困难等。

李嘉根提醒,患上甲状腺结节后不要担心,因为甲状腺结节大多数为良性,只有5%为恶性结节,也就是甲状腺癌。因此,通常需要医生对甲状腺结节做进一步评估。绝大多数的甲状腺良性结节患者都不需要治疗,需每6~12个月复查一次甲

状腺B超,甲功异常者还需要复查甲功。

绝大多数恶性结节首选方案是手术治疗。李嘉根说,甲状腺多数很“善良”,无需谈癌色变,超过90%的甲状腺癌恶性程度较低,这些患者经过合理治疗,通常能长期存活,与普通无异。

防治

李嘉根提醒说,有一点值得注意的是,甲状腺癌具有家族遗传的特点,这不仅与家族基因有关,还与全家的饮食、生活习惯密切相关。如果有人得了甲状腺疾病,其家人也要留心自己的身体状况,一旦颈部不适或有包块出现,就要尽快到医院检查。

胃癌：少吃腌制食品，定期做胃镜

据省肿瘤医院放疗科医生罗加林介绍,近年来,宁波的消化道息肉、消化性溃疡出血、胃癌等患者呈逐年上升趋势,且有越来越多的年轻白领患者。这与饮食结构改变、精神因素等多种原因有关。

首先,宁波人的饮食中,盐分摄取比较多,这会破坏胃黏膜屏障,导致胃癌高发。其次,许多年轻白领工作压力大,生活不规律,喜好熏烤、辛辣食物,嗜好烟

酒,这些因素都会损伤胃黏膜,导致胃炎、胃溃疡等疾病,增加癌变的概率。

防治

罗加林说,胃癌早期症状隐匿,常与胃炎、消化性溃疡相似,很多人并不重视,甚至根本没有察觉到。胃镜取病理是目前唯一能确诊早期胃癌的方法。因此,胃病患者应定期做胃镜检查。

结直肠癌：大便常规和肛门指检很有必要

“结直肠癌发生的重要原因之一是不好的饮食结构,摄入高脂肪、高蛋白、低纤维素的动物较多,通俗地说,也就是鱼肉多、蔬菜少的饮食结构。”罗加林说。

罗加林说,结直肠癌的早期症状一般有便血,大便时间、次数的改变,便型异常,排便疼痛,便秘或不明原因的腹泻等,很容易被忽视。

“很多人体检时因为尴尬害羞等原因,不做大便常规和肛门指检这两项检查,这是一个极大的误区。”罗加林说,“中国的大肠癌患者中,一半以上是直肠癌。在直肠癌患者中,又有约70%是中低位直肠癌,医生一摸就能摸出来。大便常规中的大便隐血是大肠癌的高危因素,假如连续三次大便隐血实验都呈阳性,显示消化道有出血情况,就一定要进一步做结肠镜检查。”

防治

罗加林说,预防结直肠癌的方法主要有三点:一、饮食调整。减少能量摄入,

减少脂肪和肉摄入,增加水果、蔬菜和膳食纤维,补充维生素与微量元素。二、戒烟戒酒,加强锻炼。减肥和运动能起到预防结直肠癌的作用。三、有结直肠癌或腺瘤的个人或家族史者,患结直肠癌的风险较高,应定期检查。



4月13日义诊中,鄞州人民医院放疗中心徐正阳主任医师在给市民做检查。