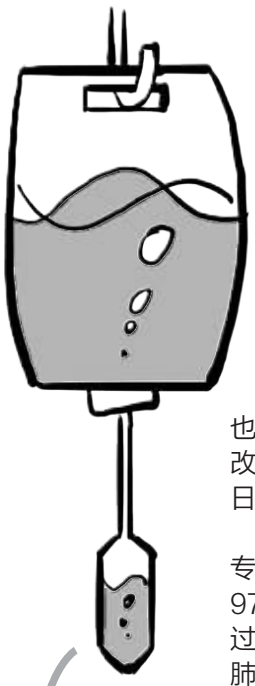

“老烟枪”发病十年 今年已住院三次
今天为世界慢阻肺日，医生提醒——

“沉默的杀手”可能就在你身边

世界卫生组织将每年11月第三周的周三，定为世界慢阻肺日，也就是今年的11月18日。宗旨是帮助人们提高对慢阻肺的认识，改善慢阻肺诊断不足和治疗不力的现状。今天就是世界慢阻肺日，今年的主题是“改善慢阻肺生活，无论何人与何地”。

宁波大学附属人民医院（鄞州人民医院医共体总院）呼吸内科专家彭卫东提醒，我国慢阻肺患者已有约1亿人，然而在患病早期，97%以上的患者并不知道自己患有慢阻肺。他建议，对于年龄超过40岁的普通人群，特别是慢阻肺的高危人群，建议每年1-2次肺功能检测，以便早期诊断慢阻肺及早期治疗干预。

“老烟枪”今年已住院三次

50岁的老张（化名）是宁波大学附属人民医院（鄞州人民医院医共体总院）呼吸与危重症医学科病房的“常客”了，这次是他今年第三次来住院。每次来，他的症状都一模一样：胸闷气急得根本喘不过气。

前几天，家人扶着脸色发紫的老张来到呼吸与危重症医学科主任彭卫东的诊室里。“老张，你怎么又来了，我马上帮你办理住院！”这位老患者的情况，彭卫东比谁都了解，老张在他的门诊随访已有10年之久。

老张20岁不到就开始抽烟，到现在烟龄已经超过30年。

10年前，他出现反复咳嗽、气喘，被医生诊断为慢阻肺，医生告诫他一定要戒烟并坚持规范的治疗及定期复诊。当时，他也下定决心要做到戒烟。不过，戒烟的“flag”立了一遍又一遍，烟瘾一上来还是忍不住吸两口。而且，他的药物用用停停，病情时好时坏，不到咳嗽气喘难以忍受，从不轻易到医院复诊。

直到去年开始，他的慢阻肺病情出现频繁的急性加重，除咳嗽、气喘较前显著加重外，还出现全身发紫的缺氧表现，有时双脚也不同程度水肿。起床稍活动就得端坐一旁大口喘气。平常有用的平喘药也失效了，喘息一阵接着一阵，家人见状忙将其送进医院。在病房里，医生告知他已并发了呼吸衰竭和肺心病，经过吸氧和间歇无创呼吸机辅助通气治疗，老张在鬼门关前挣扎一个星期才病情稳定保住了性命。

为他做治疗的医生张卉卉告诉记者，“吸烟是导致慢阻肺的头号危险因素，包括一手烟和二手烟。目前在呼吸内科住院的慢阻肺患者，九成以上都是‘老烟枪’。”

尽管知晓吸烟危害，但由于缺乏自控能力，绝大多数烟民的戒烟之路举步维艰，这也是“老张们”一次次回到病房上呼吸机治疗的主要原因。

大多数人并不知道自己患有慢阻肺

数据显示，我国慢阻肺患者已有约1亿人，中老年人群患病率较高，成为仅次于高血压、糖尿病的中国第三大常见慢性病，被称为“沉默的杀手”。目前，我国40岁及以上人群每7个人中就有一个是慢阻肺患者。

记者在采访中了解到，近几年女性慢阻肺患者逐年增加。除了二手烟、三手烟的缘故，烹饪产生的油烟、空气污染、有害气体、遗传因素等也是发病的诱因。此外，有基础肺病、年轻或者幼年时反复呼吸道感染、有家族性慢阻肺遗传病史等人群，都属于慢阻肺高危人群。

“慢阻肺对肺功能造成的损伤不完全可逆，并且持续存在，发展到后期会出现气急症状的突然加重，甚至出现呼吸衰竭、肺心病及其他心血管合并症（如高血压、心力衰竭等），大大增加了死亡风险、疾病负担，全球慢阻肺的死亡率在所有疾病中排第三。”张卉卉说。

不过，慢阻肺还十分“狡猾”。在患病早期，至少一半以上的患者并不知道自己患有慢阻肺。慢阻肺主要有两大特点：一是慢性发病，大部分患者会长期出现咳嗽、气喘、咳痰等症状；二是起病隐蔽，由于人体肺组织代偿能力极强，即使肺功能缓慢损失达40%，症状也不明显，所以早期慢阻肺患者多数没有任何症状。一旦出现明显胸闷气喘症状，说明肺功能损害程度已经非常严重了。“沉默的杀手”因此得名。

因此，慢阻肺的早发现、早治疗尤为重要。彭卫东主任建议，对于年龄超过40岁人群，尤其是有前述慢阻肺的高危因素的人群，应定期进行肺功能监测。而对于肺功能发生异常而没有症状的患者，也可及早监测、及早控制病情。肺功能检测是一种无创的检查，检查只需要通过吹气动作，就能评估受测者肺功能状态，早期诊断慢阻肺。

他提醒广大患者：其实慢阻肺与糖尿病、高血压一样，都是需要长期治疗的慢性疾病，唯有坚持规范治疗，才能有效预防和改善咳嗽、气喘症状，减少急性发作的频率和严重程度，防止或延缓肺功能的恶化。

记者 陆麒雯 通讯员 余旖瑶 郑瑜
严勇杰 绘

油烟和肺癌有什么关系？
国际肺癌日
宁波这家企业做了两件事

油烟和肺有什么关系？每年都在上升的肺癌发病率又怎样蚕食着女性的健康。在11月17日“国际肺癌日”当天，央视一场国际肺癌日特别节目的直播引起了不少观众的注意。而这场直播的背后，则是宁波企业方太为引发大众对于“油烟有害健康”这一话题的关注所作的努力。

肺癌成为女性群体发病率第二的癌症

国家癌症中心2019年1月发布的全国最新癌症报告数据显示，2015年（数据有3年的滞后期）我国新发肺癌病例约为78.7万例，发病率为57.26／10万。

近年来，女性肺癌高发。国家癌症中心2019年发布的数据显示，肺癌位居我国恶性肿瘤发病首位，同时是女性群体中发病率第二的癌症。

或许很少有人会联想到肺癌和厨房的关联，但食用油及食品在高温下的热裂解会产生油烟，其中相当含量的苯并芘，是“致癌物大军”中的正式成员，而少量丙烯醛、苯和巴豆醛，也会对呼吸系统产生影响，间接诱发肺癌。

同济大学肿瘤研究所研究表明，只有18%的女性患者因吸烟或长期被动吸烟致肺癌。除了香烟、二手烟、汽车尾气、工业废气等因素外，厨房油烟也是诱发肺癌的重要因素。中青年女性长期在厨房做饭时接触高温油烟，会使其患肺癌的危险性增加2—3倍。

方太：推出科普直播+打造装置艺术展

作为高端厨电品牌，方太对用户健康的关注由来已久。早在2010年，因为一则《厨房油烟加剧家庭主妇肺癌风险》的报道，方太将吸油烟机研发方向从关注风量、风压等定量指标，调整为“最佳吸油烟效果”和“不跑烟”等定性指标。

此后，方太一直聚焦用户在厨居生活中的健康体验，坚持以技术创新不断提升中国家庭厨房的健康品质。当前，方太已经拥有业内领先的吸油烟科技、油烟净化科技，并已将其充分应用于产品中，还特别研发出搭载“挥手开关”“烟灶联动”“语音声控”等智能科技的油烟机、集成烹饪中心等新产品，为中国家庭呼吸健康保驾护航。

基于对厨房健康领域的长期深耕，方太发现消费者在厨房中仍有一些不好的使用习惯。这些都极大增加了油烟对人体的危害。但是，并非所有人都能够认知到油烟的危害。方太这件装置艺术的诞生，正是希望能够以此加强公众对于油烟危害的认知与关注。

除了联合央视共同推出了主题为“关注肺部健康，共享绿色生活——‘国际肺癌日’特别节目”的科普直播，在2020国际肺癌日到来之际，方太还在北京悠唐购物中心打造了一个名为“油烟与肺”的装置艺术展。这个以油烟机为核心延伸出的装置艺术，旨在以艺术的力量，引发公众对于厨房油烟危害的重视，养成更加健康的烹饪方式。

记者 黎莉