

## 对话復元医院主任中医师陈伟民——

## 对付肺结节,中医药干预治疗不失为一种良策

近几年,体检和肺部CT检查中查出肺结节的人越来越多。看到体检报告单上“肺结节”的诊断,人们的心里往往是焦虑、忧虑甚至恐慌——会不会得肺癌?能不能治啊?

“肺部结节不一定就转变为肺癌,一般来说只是有可能往肺癌的方向转变,需要高度重视,但没有必要过于恐惧。”復元医院副院长、浙江中医药大学兼职教授、省中西医结合肿瘤专业委员会资深委员陈伟民主任中医师很有体会。他以多年的临床经验告诉人们,70%磨玻璃结节其实发展很慢,体检报告出现“磨玻璃结节”,及时进行中医药治疗控制不失为一种良策。

“在这次新冠肺炎疫情中,中医药深度介入诊疗救治,发挥了独特的优势,享誉中外。无数重大疾病的成功救治证明,中医药是各类疾病防治中的宝贵资源,我们有责任把它继承好、利用好、发展好。”陈教授对中医药矢志不移,他说,“中医药是中华民族瑰宝,就算是肺癌,在手术和(或)化疗后,采用中医药治疗,同样可有效遏制病情发展,防止转移。”

在临床实践中,中医药干预治疗的成功病例并不鲜见。后宅街道某村78岁的何大伯,8年前因肺癌赴沪做了手术。术后两个多月,医生建议他做化疗,但何大伯考虑年事已高不愿化疗。听说中药对治疗肺癌有一定的作用,就前来復元医院中



陈伟民(左)在中药房。

医科诊疗。鉴于他“肿瘤情况还算稳定,但人很乏力、动则气喘”的病状,陈教授辨证论治认为他属于“肺脾两虚”,遂用“益气固本抗癌方”为基础方,重用补肺、健脾的药物予以干预治疗。经过一段时间的辨病施治,老人力气、精神发生明显变化,面色逐渐红润起来,原先的症状都

有不同程度的减轻。半年后何大伯到省医院检查,结果都正常。一直坚持中药治疗的他,至今复查均无异常。

“以现代医学方法进行检查明确诊断后,在中医理论指导下,分清邪正虚实,予以立方遣药,不失为对付磨玻璃样结节的一种良策。”陈教授提醒大家,定期复查很

有必要,没必要的是动辄“一刀切”,因为其中大部分还是良性的,多由肺炎、纤维化、结核等引起。一位54岁的余杭患者,去年12月咳嗽咳痰一段时间后,CT检查报告为磨玻璃样结节1cm大小,患者非常恐慌。陈教授仔细分析病情后,认为炎症可能性大,遂用抗炎西药,加上宣肺止咳、清热解毒、软坚散结的中药治疗了一个月,患者症状明显好转,后去同一医院再做CT复查,结节影子消失了,病人与家属虚惊一场。

陈教授指出,对于严密观察的肺结节者,采用中医药干预治疗无疑是不错的选择。临床应用辨证论治、辨体论治等多种方法,并在“治未病”理念指导下进行早期干预,可减少恶变的可能。中医认为,肺结节主要是由于体内存在正虚、痰凝、气滞、血瘀等病理因素,日久胶黏痰结而形成。因此,治疗上主要采用益气补肺、健脾化痰、理气通络、化痰散结等方法。通过中医药干预治疗,不仅可以控制结节的生长,有的还可消解散除;更主要的是通过增强体质,提高抗癌能力,达到扶正固本、抗癌防癌的目的。

除了中医药干预治疗,他还强调,有肺结节者也应积极辅以生活饮食调理,做到戒烟、减少油烟接触、尽量避免雾霾、多去空气清新处散步锻炼;艾灸关元、膻中、涌泉、足三里等保健穴位;同时更应积极治疗肺部感染、肺纤维化、肺结核等疾病。

全媒体记者 王莉莉

## 小小胆囊结石竟卡住了胆总管

## 医生提醒:“小个子”胆结石往往更加凶险

今年40岁的陈先生出现反复上腹痛已4月有余,他一直以为是胃病,加上疼痛可以好转就没太在意。日前,再次出现腹痛的陈先生来到浙大四院急诊,经过医生检查评估是胆囊结石同时引起胆囊炎,当时化验检查提示炎症还不算严重,浙大四院普外科副主任医师楼炎波建议行胆囊切除手术,以免结石继续“作怪”。

“小小结石何必手术?”陈先生怀着这样的想法回了家。不料两天后的凌晨,腹痛突然加重,难以忍受的陈先生再次进了急诊,此时炎症已明显加重,且出现肝功能损害。楼炎波立即赶到急诊再次评估,怀疑胆囊里的石头可能发生移位,卡在了胆总管或胆总管内。在这些狭小的管道中,结石造成的危害往往非常巨大,药物大多无法缓解病情。急诊CT检查也证实了楼医生

的猜想——石头已经移动到了细长的胆管颈里,必须紧急手术。

医生行腹腔镜下胆囊切除术中发现,炎症已经让陈先生的胆囊和周围组织失去了正常的形态,肿胀得互相挤压粘连成一团,并且脆得稍一用力就会出血。经过楼炎波及其团队细致地分离,这个已经变形的胆囊最终被顺利切除。此时,细心的楼医生发现,还有大量脓性胆汁从胆囊管断口流出,而且脓液似乎来自更深处的胆总管。为了确保万无一失,术中胆道造影,发现胆总管下段出口被完全堵塞,医生的猜测被再次证实——胆总管被结石堵住出口,炎症会进行性加重,直至波及全身、引起休克,而这是足以致命的变化。楼医生说:“这些狡猾的石头就像被猫追逐的老鼠,不停地往深处钻,还会

带来致命的危险,所以必须要剖开胆总管,取出‘逃跑’的结石。”

可是这时,患者腹腔内炎症水肿状态已无法通过腹腔镜完成这一操作,如果选择传统开放手术,则会给患者带来十几厘米的巨大刀疤,以及更明显的疼痛和更漫长的恢复时间。手术团队随即想到,ERCP内镜下取石(胆胰镜逆行胆胰管造影取石术)可以很好地解决这一难题;胆总管开口在十二指肠,ERCP利用胃镜找到胆管在肠子上的出口,再“开门”把石头取出。这一升级版的内镜操作,具有创伤小、恢复快的优点。手术团队当即就将治疗方案汇报给浙大四院普外科主任唐喆和消化内科主任戴一扬,在两位主任的指示下,拥有丰富ERCP经验的消化内科金城锋医师毅然放弃周末的休息时间,连夜驱车返回医院,最

后通过ERCP技术,成功地将卡在患者胆总管下端的小结石取出。经过急诊监护室和普外科治疗团队的精心照料,陈先生于术后1周顺利出院。

调查研究显示,70%~80%左右的患者在发现胆结石时并无症状,在长达10~15年的随访期间,也只有15%~25%的无症状患者有症状表现,因此胆结石很容易被忽视。不过,楼炎波提醒:“虽然胆结石很常见,但绝不能因为没有症状或只有轻微的不适,就习惯性地忽视它的存在。因为有些结石正好小到可以通过狭长的胆囊管,可能堵塞胆总管出口,这样的小结石往往比巨大结石更加危险,一旦炎症发作会在短时间内急剧变化。”因此,浙大四院普外科专家建议,胆囊结石患者应积极就诊。

通讯员 金南星 全媒体记者 柳青

## 关于胃癌的三大常见疑问,你知道几个

4月15日至21日是第26届全国肿瘤防治宣传周,今年宣传周主题是“抗癌路上你我同心”。为推进落实防癌科普宣传,今天带大家了解的是发病率高但预后效果并不理想的癌症——胃癌。

数据显示,胃癌是中国人最易罹患的第二大癌症,每年都有接近40万人死于胃癌。其实,早期的胃癌往往都不会出现典型的症状。但与其他癌症相比,胃癌的预后较差。胃部是存储容纳食物的最主要器官,胃部得病,病人营养不良,病死率很高,因此提前预防格外重要。

有两类人群需要引起注意:一是既往有溃疡病,同时做胃镜时发现息肉的人群。二是残留胃人群,也就是做过胃切除手术的人群。这两类人群发病率比普通人群发病率更高,建议定期去医院检查、体检,才能

能尽早发现问题,早调理,早治疗。

●幽门螺旋杆菌是不是一定和胃癌有关系?

科学研究表明,很多胃癌病人,尤其是远端胃癌的发生和幽门螺旋杆菌的感染有关。其实,幽门螺旋杆菌的诊断和清除并不困难。想要知道自己有没有感染幽门螺旋杆菌,可以去医院做一个C14呼气测试等相关检查,若检测出确实被感染,建议一定要及时根除治疗,不要放任不管。只要根据医嘱治疗通常是可以清除的。

需要注意的一点是,这个细菌并非清除后就永远不会再次感染。这就需要大家跟专科医生建立联系,在保障胃肠功能正常的同时,防止细菌感染。

●体检发现肿瘤标志物升高就是癌症吗?胃镜是大多数人诊治的首要选择,但

有人在做完胃镜后的进一步血液排癌检查结果中发现,有一项指标——肿瘤标志物数值升高,就非常紧张,怀疑自己得了胃癌。这样的担忧是否必要呢?

首先要明确的是,只有肿瘤细胞会产生肿瘤标志物,但不是所有的肿瘤细胞都会产生标志物。因此,这项结果可以作为诊断标准之一,但不是唯一。若发现不正常的指标变化,可以咨询专科医生,进行进一步的详细检测,才能得到最终最准确的结果。

●“隔夜饭”到底能不能吃?

对于许多上班族来说,前一天准备好饭菜,第二天带到工作单位加热后用餐的情况并不少见。那么,“隔夜饭”到底有没有危害?

在解答疑问之前,先来了解几个名词:苯并芘、亚硝胺、酒精。这些物质有一个共

同特点——都是一级致癌物。正常细胞碰到它们,极易发生癌变。

而在烟熏、烧烤、腌制食品、“隔夜饭”中,这些一级致癌物出现的几率陡增。长期食用这些食品,不仅容易得胃癌,还可能引起肠癌。从健康角度来说,饮食方面要有合理的营养配餐,适量进食、规律进食,适宜的饭菜温度。

因此,“隔夜饭”未必不能吃,但是要注意科学放置,避免产生致癌物,如将饭放入冰箱冷藏,食用时充分加热。归根结底,日常生活中的饮食,最根本的原则就是不要吃变质的、容易产生有毒化学物质的食物。

要提醒大家的是,关于胃癌,并不能简单地通过症状来自我判断,及时就医排查是最重要和最靠谱的做法,有问题早就诊、早发现、早调理、早治疗,才是对待健康的正确态度。据科普中国

## 为什么春天容易“上火”

清明已过,春光正好。春季,万物复苏,但因气候多变,疾病易发,因此有说法称春天为“百草回芽,百病发作”的季节。春困、口鼻干燥、便秘等症状,在民间被称作上火。从中医角度来看,无论是真上火还是假上火,是实火还是虚火,都可归为春燥的表现。今天,我们来解答一些大家关心的问题,纠正日常生活中存在的认识误区。

湿热体质是不是上火体质

春天到了,一些人不同程度地出现了口鼻干燥、牙龈肿痛、咽喉干痒、便秘等上火症状。为什么春天容易上火呢?

“上火”为民间俗语,又称“热气”,属于中医热证范畴。中医学认为,春天万物复苏,阳气上升,容易扰动人体肝、胆、胃肠蓄积的内热。而且,春天气候干燥,天气变化无常,人体对气候适应较差时,体内新陈代谢就较难保持平衡和稳定,春燥上火就是人体阴阳失衡后出现的内热症状。

上火和体质有关吗

中医学一向重视体质与疾病的内在联系,认为体质的不同不仅影响发病与否,还影

响致病因素作用于人体后疾病的性质与转归。例如,民间常说的瘦人多火、胖人多痰,就是对一些体质人群身体状况的简单认识。不同的人由于自身体质的差异,决定了对某些疾病的易患倾向。但这种易患倾向不一定都表现出临床症状,只有在机体受到外界致病因子侵袭时,才可能表现出来。

民间一直有种说法:湿热体质属于“上火”体质。这个说法对吗?中医认为,不同个体对外界因素刺激的反应性,以及对疾病抵抗力和耐受性的表现,反映了体质的状况。其实,湿热体质是一种亚健康状态,属于病理体质。它以胸膈痞闷、身重体倦、身热缠绵、小便短赤、苔黄腻、脉濡数等临床表现为主,患病后以缠绵难愈为特点。疾病所表现的证,主要取决于个体体质的特征,湿热证反映了湿热体质的特征,其临床症状可以有热证的表现,但同时具有湿邪的特点。我们认为,不能把湿热体质简单理解为“上火”体质。

吃降火药得先分清“虚”“实”说到上火,就会想到如何下火。不少人



感觉自己上火了,习惯自己去买些有清热降火功效的药物来服用。这样的做法可行吗?可行不可行,首先建立在分清这把“火”是实火还是虚火的基础上。

如何区分实火和虚火

实火多由外感邪气(风、寒、暑、湿、燥、火等)内侵,导致脏腑功能活动失调引起。这是阳热亢盛的实热证,以肝胆、胃肠实火多见,具体可表现为高热、头痛、面红、目

赤、口唇干裂、口渴、舌燥烂、咽喉肿痛,或牙龈和鼻出血、耳鸣耳聩、身热烦躁、尿少、便秘、舌红苔黄、脉实滑数等。

虚火因内伤劳损所致,久病耗损精气,劳伤过度,导致五脏失调。虚弱致内热,内热产生虚火,虚火分阴虚火旺和气虚火旺两种证型。阴虚火旺表现为潮热、盗汗、形体消瘦、口燥咽干、五心烦热、舌红少苔、脉细数;气虚火旺表现为全身燥热、畏寒怕风、喜热怕冷、短气乏力、小便清长、大便稀溏、舌淡苔薄、脉大无力。

分清实火和虚火,需要对照上述症状,对于中医知识不了解的患者,建议到专科医院由中医辨证诊断,并开具对症的处方。我们不建议患者自行购药服用,因为清热降火药针对的是实火,而不是虚火,而且对于不同体质的人效果也有差别,不能一概而论。

总之,中医学认为,春季是推陈出新、生命萌发的时节,人们应该早睡早起,休养生息,使精神愉悦。如果逆乱了春生之气,便会损伤身体,使提供给夏长之气的条件不足,到夏季可能会发生寒性病变,引起脾胃不和、胃肠不适等。据《北京日报》

**医生信箱**  
义乌復元私立医院协办  
咨询电话: 0579-89922999 18806795666

## 胃疼与心脏有关吗?

黄女士来电咨询:老人半夜胃疼,伴有大汗、手凉,体温35.5度,请问这和心脏有关吗?老人常年血压高、心肌缺血、血糖偏高。

义乌復元医院内科主任向江回答:依据你叙述的症状表现,老人原有高血压、冠心病、糖尿病史,考虑老人这不是胃疼,而是冠心病引起的绞痛。建议老人到医院内科就诊,做心电图或24小时动态心电图检查,化验心肌酶等检查明确诊断,然后进行针对性治疗。平时注意按时规律服药,控制好血压、血糖,同时服用治疗冠心病药物。饮食注意忌油腻性食物,肉类食品少吃。多吃水果蔬菜、菌类食品,如木耳、蘑菇等。适当活动锻炼,控制体重不要超标。

## “门窗歪扭”小心是黄斑变性

在眼科疾病中,有一种疾病被称为“眼科疾病中的老年痴呆”,它是年龄相关性黄斑变性。该病以老年人群眼底黄斑区萎缩或新生血管形成导致黄斑出血渗出为主要特征,是一种严重损害视力的衰老性疾病。患者可出现不同程度的视力下降、视物变形等症状,严重影响生活质量。该病早期最明显的症状是患眼无痛性视力下降,看近看远都模糊,尤其对门框、窗户等有直线的格状图像产生视物变形现象,或视野中心有黑影或闪光感等。

老年黄斑变性的病因尚不清楚,大量研究表明,老年黄斑变性发生可能与年龄、遗传环境、吸烟等因素有关。其中最主要的有以下几点:1.年龄因素。年龄越大,发生黄斑变性的几率就越大。2.女性患病率高于男性,所以女性要更加注意黄斑变性的防治。3.吸烟。相关研究数据显示,吸烟的人罹患老年黄斑变性的可能性比不吸烟的人整整高出4倍。4.营养元素的缺乏。叶黄素是人类视网膜中的重要营养成分之一,若是长期缺乏叶黄素,可能会引发黄斑病变。5.遗传因素。虽然目前并未发现该病的特异基因,但是直系亲属有患黄斑变性的人群比常人更易患此类疾病。

## 食物含防腐剂并不是坏事

听到防腐剂,很多朋友就如同条件反射一样“色变”起来。印象中食物腐败变质才正常,让食物保持良好品质、不变坏一定有问题。

防腐剂是一类防止食品腐败变质、延长食品储存期的物质。防腐剂能抑制微生物的代谢,使微生物的发育减缓或停止。防腐剂不仅是我们国家允许使用的一类食品添加剂,国外也同样使用。

防腐剂的主要应用优势是高效、不破坏食物中的营养成分。目前防腐剂有天然防腐剂和化学防腐剂,例如乳酸链球菌素就是一种高效无毒的天然防腐剂,而山梨酸是一种常用的化学防腐剂,安全性也很高。我国食品安全国家标准规定了每种防腐剂的适用食品以及最大使用量。

在国家标准范围内合理使用防腐剂,不会增加健康风险,因为每种食品添加剂都经过了严格的风险评估。加入防腐剂有利于抑制腐败微生物繁殖,反而有利于提升食物的健康品质。

## 西洋参的“黄金搭档”

近年来,随着人们养生保健意识的增强,西洋参被越来越多的人所熟知,并用来养生保健。大家都知道西洋参最简单的服用方法是含服或当茶饮,但西洋参不同的药材、食材搭配,有不同的功效。

西洋参+三七

三七粉、西洋参粉各等量,两者混合均匀,每日温水冲服。用量根据病情增减,一般人每日服用混合粉末1克即可。一方面,三七可化瘀通络;另一方面,西洋参可气阴双补,这对心脏是一个不错的养护。另外,还可以增加丹参,也是等量,对脑血管的保养也很有好处。

西洋参+石斛

西洋参3克,石斛10克,泡水代茶饮。益气养阴、生津降火,可适用于津液不足、口渴咽干之症。

西洋参+黄芪

西洋参跟黄芪都有补气益气作用。适合用于气阴两虚的人群及抵抗力低的人群,增强人体各项机能,少受病毒侵犯,预防感冒。

西洋参+菊花

取西洋参片约3~10克,与适量菊花一同放入茶壶中,开水冲泡,至茶汤浓郁饮用。可以滋阴清热,养胃生津。

不过中药茶饮也不可乱喝,最好咨询医生后服用。均据人民网

**携手灭烟 拥抱晴天**

无烟生活 无烟世界 清新生活

义乌市爱国卫生运动委员会办公室  
义乌市爱国卫生发展中心