

肝癌如此凶险 如何早期发现

香港知名演员吴孟达(达叔)患肝癌离世,众多好友和合作过的演员及影迷们都用各种形式表达了哀悼。据报道,达叔在2020年底发现自己患肝癌,后虽然完成手术、进入化疗阶段,但仍不敌病魔引发多个器官衰竭病逝。

肝癌为何如此凶险

原广州中医药大学祈福医院(三甲医院)中医会诊专家、兼职教授,现三溪堂中医保健院主任中医师的何奇,作为一名从事中西医临床工作及肿瘤等疑难杂症研究近三十年的中医肿瘤专家,对此有专业的理解。

肝癌,全名为“原发性肝癌”。根据肝脏中癌细胞诞生部位的不同,原发性肝癌分为三种类型,即肝细胞癌、肝内胆管细胞癌以及两者混合的“混血儿”。

根据世界卫生组织(WHO)国际癌症研究署(IARC)最新公布的“全球肿瘤流行病统计数据(GLOBOCAN)2020”显示,中国肝癌的发病例数占全球45.3%,死亡例数占全球47.1%。根据国家癌症中心发布的最新数据,我国肝癌发病率26.92/10万,居恶性肿瘤发病率第5位。

很多肝癌一发现就是晚期,为何这种癌如此凶险?何奇分析,原发性肝癌号称“癌症之王”,在国内近八成是由慢性病毒性乙型肝炎引起的。此外,还有部分的慢性丙肝病毒感染的患者,最终发展为肝硬化、肝癌。还有近一成是由于酗酒、饮食不当等引起。由于大部分肝癌发现时已不是早期,失去了一期手术切除的机会,只能通过介入、靶向治疗等争取二期手术。尽管这样,原发性肝癌的总体效果还是不容乐观,因为肝癌的一大特征是转移复发更棘手、更难攻克。

从病理上看,由于肝癌的癌细胞极其“狡猾”,习惯在人体的右上腹(肝区)悄无声息地繁殖后代,这种起病方式常常不会有早期症状。因此,临床医生和患者时常会误以为是胃病之类,具有突出的迷惑性。再加上肝脏的供血非常丰富,肝癌的癌细胞很容易扩散至肝脏内的其他区域。



3月8日,三溪堂中医保健院健康管理中心核磁共振室,一位顾客正在体检。

通常,当患者出现右上腹疼痛(多为首发症状)、食欲减退、腹胀、腹泻、恶心、呕吐等消化道症状,或者乏力、消瘦、发热等恶性肿瘤常见的全身症状,就通常预示着患者已经进入难以治愈的中晚期。

如何发现?早筛查早发现早诊断很重要

何奇教授在接受采访时表示,目前国内近八成的肝癌患者首诊时已到中晚期,之所以之前没有及时发现就诊,最主要的原因是因为缺乏对肝癌高危人群的早期筛查,以及健康人群的定期针对性体检。

约有近三成的肝癌患者通过早期发现、早期诊断、早期治疗是能够治愈的。肝癌高危人群定期普查和体检,是及早发现、及早诊断肝癌的重要手段。何奇建议,肝癌高危人群最好每3个月或半年做一次肝脏检查。

腹部超声检查是最常规、无创且快速的检查手段之一,可以对肝脏的质地以

及有无肝硬化、肝癌做个评估。另外还有血液检查,包括肝功能、肝炎免疫(乙肝两对半以及丙肝抗体,如有异常结果则需进一步检查增强CT、增强磁共振)。对于有长期慢性肝炎病史、年龄大于40岁的高风险人群,则建议定期进行增强CT、增强磁共振的影像学检查。

部分人想仅仅通过常规的B超检查来确定是否患有肝癌,是不科学的。据悉,B超穿透力有限,视窗小,分辨率低,如是大肝癌,由于肝癌体积过大,容易有误诊的可能。而且B超检查结果容易受到检查者经验和分辨的限制,也会影响诊断结果。

预防先行,六类重点人群需特别关注

“肝癌,对我们身边许多人来说,这是个遥远的话题。但现实中,从四十余年就诊经历看,其实各年龄段均有出现。这几年中曾接诊的最小患者只有10岁,是早期。肝

癌对于我们普通人来说,预防先行尤为重要,其中有六类人群是重点。”三溪堂中医保健院主任中医师张炉高介绍。

1.时常吃腌制品和隔夜菜的人群。这类现象在义乌城乡不少家庭都有存在,尤其是在一些乡镇农村,如许多家庭喜欢腌制咸菜等,部分上了年纪的老年人也有吃隔夜菜的习惯。其实这几类食物中均存在不同程度的黄曲霉毒素污染,而黄曲霉毒素是导致肝癌发生的一个重要诱因。

2.习惯熬夜的人群。在义乌快节奏生活的城市氛围中,丰富的夜生活特性使许多人养成了夜间工作或娱乐的习惯。其实过度熬夜会直接导致肝脏的疲惫不堪,再加上日常过度劳累导致身体免疫力降低,两者叠加对肝脏的损害极大。

3.慢性肝炎患者人群。张炉高分析,长期慢性肝炎是肝癌的首发病因,通常以患乙肝人群为主,其次丙肝患者。由于肝部炎症反复发作,会导致肝脏纤维化,最终演变成肝硬化及肝癌的出现。

4.心理压力负面情绪多的人群。这类人群基数很大,随着生活节奏的加快,竞争压力大、工作紧张,许多人容易焦虑、抑郁、发怒,这些负面情绪会极大伤肝,导致肝功能失调紊乱。

5.有肝癌家族史的人群。目前研究表明,肝癌存在家族聚集现象,具有肝癌家族史的人群,由于某些遗传缺陷易导致发生肝癌的危险性增加概率。

6.日常不注意饮食习惯的人群。如大量食用高脂肪、油炸等食品,极易造成重度脂肪肝,也容易发展成为肝癌;同时,长期嗜酒者也属高危人群,饮酒越多,脂肪肝就会越严重,极易诱发肝纤维化甚至肝硬化,最终转化为肝癌。

针对上述现象,张炉高强调日常的养肝尤为重要。我们该如何调整,要特别多关注这些日常生活的细节:保证每天6-8个小时的正常睡眠;饮食有度控制脂肪摄入,建议多吃时令蔬菜瓜果,远离腌制品;定期检查肝功能,尤其是40岁以上男性;每天适度体育锻炼,学会调整心情,调节好自我的情绪等。

全媒体记者 吕斌 文/摄



种下“生命树” 营造“生命林”

阳春三月,春暖花开,由杭州种福堂中医医院、杭州艾克中医肿瘤门诊部、金华艾克医院共同举办的营造“生命林”活动,将于3月12日启动。医院康复俱乐部将在金华艾克医院营造“生命林”,同时诚邀广大肿瘤患者或家属报名参加,种下“生命树”,让生命之树长青。

医院还将与方前镇陈畚村开展共建活动,共话乡村振兴。当天,孙彩珍院长、杨德志院长等中医专家,将就乳腺结节、甲状腺结节、心脑血管疾病等疑难病及内外妇科常见病、多发病等,为大家免费把脉,且提供咨询服务。

本次活动主题为“营造生命绿洲 携手共克病魔”,活动地点在金华艾克医院,欢迎有兴趣的读者来院参加。

全媒体记者 王莉莉

女性养生汤 调节内分泌

今向广大女性特别推荐一款女性养生汤——蔬菜豆浆汤,可以调节内分泌,维护广大女性的身体健康。

材料:黄豆50g、白玉菇50g、西蓝花100g、胡萝卜半根(1-2人份)。

烹调方法:黄豆提前泡发,放入豆浆机中加入清水500ml,打磨、滤渣后备用;白玉菇洗净,西蓝花、胡萝卜洗净后切小块,焯水后捞出;将所有材料放入豆浆中,大火烧开后转小火5分钟,加入食盐及胡椒粉调味即可。

专家点评:根据世界卫生组织国际癌症研究机构的报告,2020年乳腺癌的发病率第一次超过肺癌,成为全球发病率最高的癌症。作为女性最常见的癌症之一,目前研究认为乳腺癌和肥胖、内分泌相关,建议注意维持健康体重,多摄入全谷物、蔬菜、水果等等,其中大豆及其制品因为含有异黄酮,很多人一直认为是需要避免进食的。但其实大豆中的这种植物“雌激素”在体内能起到双向调节的作用。另一方面,大豆属于优质蛋白质,用来替换部分红肉,有降脂、抗癌等作用。豆子含有的膳食纤维也不少,很适合便秘人群,总之每天吃些豆制品好处多多。

据广州日报

十个问题详解冠心病

冠心病是一种严重威胁健康的心血管病,被称为“世界级冠状动脉灾难”。在发达国家,冠心病死亡人数约占全部死亡人数的1/3;我国发病率也一直居高不下,且患病年龄趋于年轻化。门诊中,初诊患者由于对该病不甚了解,非常焦虑,常会问各种各样的问题。以下一些常见问题是患者问得最多的,在此我们做一个集中解答。

问题1:冠心病究竟是哪生病了?

血管遍布全身各个器官,一刻不停地为人体运输“养料”,其中,给心脏供应血液的动脉叫冠状动脉。如果由于某些原因,令冠状动脉血管发生动脉粥样硬化,就会引起血管管腔狭窄或阻塞,造成心肌缺血、缺氧或坏死,从而导致心脏病,这就叫冠状动脉粥样硬化性心脏病,简称冠心病,也叫缺血性心脏病。

问题2:冠状动脉硬化从多大年龄开始?

动脉粥样硬化是一种全身性血管病,它就像血管中潜伏的杀手,冠心病、心梗都与它有关。而且,它的发生发展很缓慢、隐匿,可长期无任何症状,因此在早期,常不会引起人们注意。研究发现,一般在20岁左右即开始有脑动脉弹性减

退的趋势,40岁以后逐渐明显,50岁以后会出现早期症状。为了保持正常生理功能,避免早期发生动脉粥样硬化,最好从儿童时期起就开始预防。

问题3:冠状动脉有狭窄就是冠心病吗?

不一定。诊断冠心病,不能仅根据狭窄的严重程度,最重要的是看有没有心肌缺血或坏死。有些人虽然有冠状动脉堵塞,但一点症状也没有,心电图也没有心肌缺血表现,诊断检查也正常,这种情况即使血管有斑块或狭窄,也不会诊断为冠心病。

问题4:冠心病有哪几类?

西医将冠心病分为冠状动脉粥样硬化、心绞痛、心梗、心衰和缺血性心肌病。由于冠心病患者发病时常有胃痛症状,所以中医又称冠心病为胸痹心痛。

问题5:心绞痛、心梗与冠心病啥关系?

严格来说,心绞痛和心梗不能称为病。心绞痛是冠心病加重的重要症状,心梗则是冠心病的最严重后果。换句话说,心绞痛、心梗是冠心病发展的不同阶段或不同程度的表现。

问题6:不抽烟不喝酒,为什么会得冠心病?



这可能与性别、年龄、遗传等因素有关。比如,女性绝经前在雌激素的保护作用下,很少会患严重冠心病,但一过了绝经这个分水岭,就要提高警惕了。另外,长期高负荷工作以及易激动生气、高脂高盐高糖饮食,也是冠心病的危险因素。

问题7:得了冠心病要服用哪些药?

冠心病患者应遵医嘱接受药物治疗,控制缺血症状,降低心梗和死亡风险。比如,服用一种或两种抗血小板药物、β受体阻滞剂、他汀类药物和血管紧张素转换酶抑制剂或血管紧张素受体

拮抗剂。问题8:得了冠心病,多长时间复查一次?

初次用药的患者,建议1~2个月后至医院复查一次。一方面医生会看看血脂是否达标,评估用药疗效,另一方面也要看看用药后的安全性。状态比较平稳的患者,建议3~6个月复查一次,医生会观察病变进展。刚做完搭桥手术的患者,出院后2~4周就要复查一下。

问题9:不吃药能缓解冠心病吗?

得了冠心病一定要坚持用药治疗,但预防冠心病,改善生活方式是最重要的。已患病的人也要养成良好生活习惯,戒烟限酒,规律锻炼;保持血压稳定,理想血压是120/80毫米汞柱;维持血脂正常,低脂饮食;维持血糖正常,防治糖尿病;心态平和,不要给自己太大压力;注意保暖,避免忽冷忽热。

问题10:手术能根治吗?

目前,治疗冠心病的手术有经皮冠状动脉球囊扩张术、经皮冠状动脉支架置入术和冠脉搭桥手术等。手术治疗只能做到控制和缓解病情,最重要的还是坚持健康的生活方式和药物治疗,以免疾病复发。

据人民网(图片来自网络)

义乌市融媒体中心主办

义乌传媒第5届皮草服装直销节

貂皮\皮衣\派克服\羊绒大衣\羽绒服\羊毛衫
百万清仓大处理

清货

来的越早买的越好

直击底价 全部清仓

义乌电视台主持人 李艳

义乌电视台主持人 宋昱

义乌市融媒体中心主办

THE FIFTH FUR FACTORY SALE FESTIVAL of Yiwu BROADCASTING AND TV STATION 2020

广告

义乌电视台北院展厅 江东路33号

81558155