

乍暖还寒, 谨防肿瘤疾病复发转移



本期指导专家: 许伯寿

原安徽医科大学第一附属医院肿瘤放射科主任, 享受国家特殊津贴。从医50多年主攻肿瘤放射治疗, 率先在省内开展精确放疗, 为安徽省放疗界培养了大批人才。

俗话说:“药补不如食补”。我国医学认为:“百草回芽,百病复发”。因此,肿瘤病人在春季特别要注意平衡膳食,保护和增强体内阳气,从而增强机体的免疫力,防止肿瘤的复发转移。冬春交替之际,哪些肿瘤疾病容易发生复发转移?该怎样预防?肝癌、胃癌、肺癌、肠癌、食道癌等癌症患者在饮食和自身调理上需注意些什么?2月26日上午9:30~10:30,本报健康热线(0551-62623752)邀请安徽济民肿瘤医院肿瘤放射治疗中心主任、首席专家许伯寿教授与读者交流。以下内容根据电话录音整理,未经许伯寿本人审阅。

李唐玉 记者 李皖婷/文 程兆/图

冬春交替, 预防肿瘤复发转移

读者:春季肿瘤病情容易复发转移,原因是什么?该怎样预防?

许伯寿:立春后天气逐渐转暖,各种细菌繁殖活跃,易致原本就体力偏弱的患者免疫功能大幅下降,也为肿瘤复发转移提供了客观条件。建议患者需注意以下几点:首先要做好定期复查,随时掌握自身病情。其次,春季气候变化无常,肿瘤患者不宜随意减少衣物。作息起居上,建议早睡早起,常到室外、公园等空气清新处活动。此外,调节饮食尤其重要。科学合理的饮食搭配有助于降低春季病情复发的几率。

避免节后综合征, 重在疏导

读者:每年过完春节,父亲的病都容易反复,情绪不好,该如何避免类似情况的再次出现?

许伯寿:由于肿瘤疾病的特殊性,过年过节对于患者来说非常重要,如果过节期间不注意生活调节与饮食调节,很容易导致节后消化不良,情绪低落,乃至导致病情变化。春节过后,家人也应该多往家里打电话,报个平安。此时患者也可给儿女、朋友打个电话,互相倾诉。另外患者也可在身体条件允许下多做点活动打发空余时间,争取让自己的生活恢复日常规律——按时休息,按时服药,按时到医院复诊,在白天可以打打太极拳、养花草,夜晚可以看电视、打毛衣、绣花等等,这样就可以将惆怅感减轻许多。

早期诊断, 对发现乳癌意义重大

读者:自己的母亲有疑似乳腺癌的症状,想了解乳腺癌早期诊断的具体措施有哪些?

许伯寿:目前乳腺癌的检查手段有:手检、红外线扫描、彩色B超、钼靶拍片、穿刺活检和冰冻切片等。但是,由于红外线扫描的准确性差,目前有被淘汰的趋势。手术前早期诊断措施主要是依靠彩色B超和钼靶拍片,这两种手段的联合常可发现手检不能触及的早期乳腺癌。但最后的明确诊断仍然依靠穿刺和冰冻切片病理检查。

其他疾病, 放射疗法也可治疗

读者:其他疾病也能放射治疗吗?

许伯寿:事实上,对于一些良性疾病,放射治疗也具有很好的疗效,只要采取正确的放疗手段就可达到事半功倍的效果。在国际医学界,放射治疗良性病已经成为一种趋势,近90余种良性病已纳入放射治疗的治疗范围,如Graves眼病、皮肤瘢痕瘤、脾功能亢进、腱鞘炎、肩周炎、血管瘤、寻常疣、鸡眼、头癣、湿疹、银屑病、神经性皮炎、多毛症、难治性特发性血小板减少性紫癜以及自身免疫性疾病(类风湿性关节炎、红斑狼疮)等。同时,良性病放射治疗也要慎重,需要严格掌控适应症,并与其他治疗方法进行全面比较,准确分析利弊,一般在手术及药物难以奏效的情况下,才考虑进行放射治疗。

一周病情报告

春季呵护耳朵健康

据合肥市第一人民医院门、急诊统计,上周前来该院耳鼻喉科检查就诊的患者人数有所增加。据该科张抗美主任介绍,引起听力下降的原因,除了老年聋、中耳炎等疾病外,还有如遗传性疾病和非遗传的先天性疾病,特别在过去,药物致聋也是一个很重要的因素。

春季也是老年人突发性耳聋多发的季节,40岁至60岁成年人发病率高。抑郁、生

气等不良情绪的刺激、气压气温的变化无常,以及高血压、糖尿病等心血管疾病的长期影响都是诱发疾病的因素。老年人突发性耳聋多发生于晚间或晨起时,起初感到单耳耳鸣,数小时或数日内发觉忽然听力练习下降。少数病人会伴有眩晕,重者会恶心、呕吐,一般一周内眩晕即可逐渐消失。症状严重者,需及时来医院就诊,有效开展听力练习,能提高听力恢复率。

苏洁 记者 李皖婷

口腔健康讲堂

服降压药需防牙龈增生

经常服用降压药、抗癫痫药的患者,如果一咬东西牙齿就出血,很可能患有牙龈增生。

据合肥市口腔医院牙周黏膜病科副主任医师柳七零介绍,药物性牙龈增生没有任何症状,而且病情进展缓慢,很容易被患者忽视。临床中接触的患者,增生部分都包住了整个牙齿,还有的牙齿被增生的牙龈挤压到移位才到医院治疗,结果只能手术,如果导致骨质破坏,治疗后牙齿也不可能恢复到原来的状况。

柳七零告诉记者,能够引起牙龈增生的药物比较少,降压药中的卡托普利和硝苯地

平属于较为常见的致牙龈增生药物,因此,长期使用这两种降压药的患者应提高警惕,若连续用药1~2年一定要经常照照镜子以了解有无牙龈增生。

对于预防药物引起牙龈增生的副作用,柳七零特别提醒:“关键是停药或换药,停药后1~8周后牙龈增生可消退。对已发生增生的患者应尽快去医院进行治疗,如行洁牙术、控制牙周炎和牙龈炎等,有利于改善症状和控制病情进展。同时,用药期间加强口腔清洁和保健。其次要定期检查牙龈,至少3个月自我检查1次,看有无牙龈肿胀、牙袋形成、牙石及牙菌斑等。”

张婷婷 记者 李皖婷

78岁老人重回有声世界, 系我省最年长患者
专家支招老年人如何保护听力

78岁的袁大爷在3个月前突然发生双侧重度耳聋,突然进入了无声的世界,严重影响自己及家人的生活及心情。在医院进行保守治疗后,听力无明显好转,便在省立医院进行人工耳蜗植入。术后开机,袁大爷听到了久违而熟悉的声音。

据省立医院耳鼻喉科主任孙敬武介绍,这是我省年龄最大的一例人工耳蜗植入患者。省立医院在2012年共行近400例人工耳蜗植入,其中年龄最小的为8月儿童,最大为78岁,均为我省之最。

2013年第十四次全国“爱耳日”活动主题为“健康听力,幸福人生——关注老年人听力健康”。听力残疾严重影响老年人身心健康,

不仅直接导致沟通交流障碍,还会引发多种心理问题,极大地损害老年人的生活质量及家庭、社会功能。我国第二次全国残疾人抽样调查显示,60岁以上老年人患听力残疾的比例高达11%。据此推算,我国60岁以上老年听力残疾人总数超过2000万,做好老年人听力残疾预防与康复工作意义十分重大。

那么,老年人该如何保护自己的听力呢?孙敬武介绍,在日常生活中,老年人需注意以下6点:1.尽量避免噪音对听力的损害;2.不要自己掏耳朵;3.谨慎用药,避免应用耳毒性药物;4.经常按摩;5.情绪稳定,以平常心对待生活;6.戒除不良嗜好,注意饮食卫生。

孙家强 记者 李皖婷

康宝莱发布2012年财报, 中国市场劲增38%

洛杉矶消息,全球营养品巨头康宝莱(纽交所代码:HLP)近日公布了2012年全年财报。数据显示,康宝莱2012年全球总销售额达64亿美元,同比增长19%,净销售额为41亿美元,同比增长18%。全年净利润为4.772亿美元,同比增长16%;每股摊薄收益为4.05美元,同比增长23%。

同时公布的还有2012年第四季度财报。财报显示,2012年康宝莱第四季度净销售额11亿美元,同比增长20%;净利润为1.178亿美元,同比增长12%;每股摊薄收益1.05美元,同比增长18%。

从财报数据来看,亚太地区已经成为康宝莱业绩最大的区域,该地区营收11.4亿美元,营收占比28%。而业绩增长最快的地区则是中国市场,2012年,康宝莱中国全年销售总额(含税)达24.9亿人民币,同比增长达到38%以上,增长速度位列全球6大市场第一名,成为康宝莱业绩增长的强力引擎。

“康宝莱屡创纪录的业绩还将持续,随着我

们独立经销商不断地深入现有市场,有越来越多的客户加入我们的每日消费计划。我们相信,康宝莱会在销售和盈利方面持续创造纪录。”康宝莱公司董事长兼首席执行官迈克尔·奥·约翰逊表示,“肥胖和营养不良是全球性的健康问题,我们每一个经销商都为自己能解决一部分该问题备感自豪。”

基于2012年良好表现,康宝莱同时提高了2013年业绩预期:全年每股收益预期从4.40美元~4.55美元提升到4.45美元~4.65美元之间;净销售额同比增长率从10%~12%调整至12%~14%之间。

康宝莱国际公司由马克·休斯于1980年在美国创立,是一家专业营销体重管理产品、个人营养保健品的跨国企业,致力于为社会大众提供优质的产品 and 良好的商业机会,并寄望以此来改善人们的生活质量。目前康宝莱在全球88个国家建立了销售中心,拥有超过270万名营销人员。

下期预告

又是“爱耳日”
如何关爱听力健康?

耳朵是我们接触世界、幸福生活以及支持工作的重要器官。听力残疾严重影响老年人身心健康,不仅直接导致沟通交流障碍,还会引发多种心理问题,极大地损害生活质量及家庭关系、社会和谐。

一年一度的“全国爱耳日”又来临,想了解婴幼儿的听觉和语言发育过程是怎样的

吗?何为“大前庭水管综合征”?职业噪声的危害耳鸣如何治疗?周二(3月5日)上午9:30至10:30,本报健康热线0551-62623752将邀请安徽省第二人民医院耳鼻喉头颈外科主任医师、安徽省职业病防治院物理损伤科主任胡金旺与读者交流。

夏鹏程 记者 李皖婷