



肾癌危险因素有哪些？如何预防？

凌波/文

什么叫做肾癌？肾癌的危险因素有哪些？肾癌如何预防？10月27日上午，本报健康热线0551-62623752，邀请了安徽省肿瘤医院泌尿肿瘤外科主任黄涛与读者交流，和大家一起谈谈“肾癌的危险因素有哪些”。

什么叫做肾癌？

读者：黄主任您好，我去年体检出了肾盂肾炎，因工作繁忙没有及时复查。今年感觉经常出现夜尿增多和腰部酸痛的症状，请问，这是不是很危险？是不是有可能恶化？

黄涛：首先说一下什么是肾癌。肾癌是肾脏内的细胞癌变。肾细胞癌是肾脏恶性肿瘤中最常见的一种。在泌尿系统肿瘤中居第二位，男女之比为2:1，城市发病率高于乡村，好发于50~70岁。肾细胞癌中最常见的类型叫做透明细胞癌。肾细胞癌通常是单个肿块，有时一个肾脏可存在多个肿瘤，也有两个肾脏同时发生肿瘤的情况，发生率为2%~3%。

建议您及时去医院检查，肾盂肾炎是泌尿系统疾病，不要拖延。

肾癌的危险因素有哪些？

读者：黄主任您好，我今年34岁，正在备孕。我爱人的父亲是因为肾癌去世的，想问问您，孩子会不会有被遗传的可能？

黄涛：肾癌的危险因素有：

吸烟：30%的男性和25%的女性肾癌是由吸烟引起的，吸烟者发生肾癌的危险性是不吸烟者的2倍。

职业接触：如皮革、石棉、镉工业环境工作者。

遗传因素：某些类型肾癌有家族性发病倾向，和遗传性基因突变有关。

不良生活方式：如高脂肪饮食、饮酒、超重等。

药物使用：长期服用含非那西汀的止痛药，滥用或过量使用复方阿司匹林(止痛药)或利尿剂。

疾病史：输血史、长期血透、慢性肾病史等。

遗传因素是个概率问题，建议您做好相关的孕前检查即可，不必过于恐慌。

肾癌的预防措施有哪些？

读者：黄主任您好，我的爷爷和父亲都患有慢性肾病。我今年46岁，每到夏季便易患尿路感染，尿液中有血，且伴有尿短促、刺痛感，用药之后，秋冬不易复发。想问问您，这和肾癌有关系吗？肾癌有什么预



专家介绍
黄涛，主任医师，硕士研究生导师，中国科大附一院(安徽省立医院)泌尿肿瘤亚专科主任，安徽省肿瘤医院泌尿肿瘤外科科主任，中国科大附一院(安徽省立医院)青年技术骨干。

防措施吗？

黄涛：尤其女性，易患尿路感染，并不能说明您患有肾病。尿液中有血和血尿不是一回事。建议您去医院检查，不要自行购买药物治疗。

肾癌是可以预防的，如下：

戒烟，避免放射线侵害，慎用药物。

在镉、铅工业环境工作者，注意防护，并定期检查身体。

培养良好的饮食习惯，不食用霉变、腐败、熏、腌制食品，宜进清淡食品，适当进食鱼、蛋及少量动物肉类。适当控制糖、盐的摄入。

生活要有规律，根据身体情况适当锻炼，避免高血压、肥胖。

长期服药的人一定要注意多喝水，减轻对肾脏的损害。

40岁以上患者出现血尿、腰痛等症状者，尽早到专科医院检查。

坚持体检对早期发现肾癌具有重要意义。肾脏位置深藏，早期的肾肿瘤不易出现症状，因此，年龄在40岁以后，每年最好要做一次健康体检。腹部B超检查能发现直径为1cm及其以上的肿瘤，良好的习惯能使疾病得以早期发现和治疗。

健康一线

罕见！胎儿颈部长出“皮球” 出生一周后专家攻克难关完整切除

星报讯(鲍瑾 记者 马冰璐) 近日，患儿乐乐(化名)通过剖宫产在安徽省妇幼保健院西院出生，乐乐的右侧颈部长有罕见“皮球样”巨大淋巴管瘤，生命危急。出生一周后，妇幼小儿外科专家攻克难关，完整切除淋巴管瘤，乐乐转危为安。

胎儿右颈部有“皮球大”肿物

据了解，异地产检时，尚在妈妈肚子里的乐乐就被发现了异常，慕名来到安徽省妇幼保健院西院就诊，上海儿童医学中心小儿外科专家严志龙，查看B超后，对病情进行了分析和评估，建议出生后进行手术。

出生后，乐乐右侧颈部可见一巨大包块，大小约118×101×69mm，完全占据右颈部，皮球样大小，下坠至右肩部。据严志龙主任介绍，颈背部巨大淋巴管瘤不仅影响乐乐将来生长发育，还会影响其呼吸系统、颈部和面部的发育，并且容易破溃和感染，肿瘤压迫气道甚至出现窒息危及生命安全。经讨论决定在乐乐出生一周后、生命体征平稳的情况下拟定手术。

多学科专家接力护航

术前，由小儿外科、新生儿科、ICU、麻醉科等专家团队就此次手术的每一个步骤都进行了周全的讨论，完善术前相关检查，制定了缜密的手术方案和应急预案。10月13日，乐乐被推进了手术室，在全麻下行右侧颈部淋巴管瘤切除术+皮瓣整形术。

据小儿外科主任程东高介绍，因宝宝出生才一周，颈部有重要的血管、神经，如果损伤颈总动脉等颈部大血管将出现致命性大出血，即使是小血管，对于小宝宝来说，都有可能危及生命，手术难度较大。严志龙专家团队在这场“生命的接力战”中，小心谨慎，手术犹如“抽丝剥茧”，一点点地分离肿物，避免伤及神经、颈内颈外动静脉。

历时1小时05分，手术顺利完成，卸下了乐乐皮球大的淋巴管瘤，也卸下了乐乐全家人的心理压力，乐乐转危为安。

健康提醒

老年人健身更应注意饮食搭配

合理饮食与运动锻炼有利于老年人减少疾病、延缓衰老，老年人在加强运动锻炼的同时，需要格外注意膳食搭配，加强饮食的科学性与合理性。

四川省体育科学研究所专家表示，老年人应尽可能多地选择鸡蛋、牛奶、瘦肉、大豆及豆制品等富含优质蛋白质的食物，有利于预防肌肉减少症，结合日常抗阻力运动及有氧运动时效果更佳。食物的数量和质量应满足运动的需求，注意营养平衡和多样化，要重视主食的摄入，如米、面、馒头等。锻炼时，尽量不要食用葡萄糖、糖果等以及添加糖分的食品。动物性蛋白质和植物性蛋白质的比例要适宜，应多食牛奶和豆制品。吃各种蔬菜和水果，特别是增加生食的蔬菜，以减少营养素的损失。少吃或不吃油炸食物、肥猪肉、烤鸭、腊肉、奶油等易引起肥胖的食物。

同时，老年人要根据自己的每天的锻炼量，合理选择三餐食物种类和数量。应合理安排一日的餐饮、两餐之间的间隔和每餐的数量、质量，使进餐与日常生活规律和生理状况相适应，并使进餐与消化吸收过程协调一致。正常情况下，每日三餐比较合理，两餐的间隔以4至6小时为宜。各餐数量的分配要适合锻炼的需要和生理状况，较适宜的分配为：早餐占全天总热量的25%至30%，午餐占全天总热量的40%，晚餐占全天总热量的30%至35%。

据安徽省体育局

健康新闻

男子“猝死”，医护上演“教科书”式抢救

星报讯(刘逸群 记者 马冰璐) 近日，一名43岁男子在安徽省公共卫生临床中心(安医大一附院北区)急诊大厅突发心源性“猝死”，医护人员上演教科书式抢救，该患者目前转危为安。专家提醒，把握“黄金4分钟”，是心源性猝死急救的关键。

10月6日晚上21时，合肥的王先生(化名)在家出现了胸闷、胸痛的症状，前往附近诊所治疗后没有明显好转，便来到安徽省公共卫生临床中心(安医大一附院北区)就诊。

21点59分，王先生刚到达急诊大厅时，突然倒地，出现意识丧失、全身抽搐、呼吸微弱。危急时刻，急诊科值班医生王珺和护士王欢欢迅速将他推往抢救室抢救。此时他已经呈深度昏迷，呼吸微弱，处于猝死状态。王珺立即实施心肺复苏，持续进行心外按压，同时启用AED进行电除颤，其他医护人员也陆续完成气管插管、建立静脉通道，并完成血常规等各项检查。

22点，心内科、ICU医生前来会诊，与急诊科医护人员组成了专业的救护团队，进一步完善超声心动图、心电图监测后，考虑王先生为心源性“猝死”。

22点07分，王先生恢复自主心律。

23点30分，当医护人员以为可以喘口气的时候，王先生

突然四肢抽搐，癫痫发作，医生立刻进行抗癫痫治疗。

23点32分，王先生停止抽搐，脱离生命危险，转入ICU继续治疗。

在ICU，医护人员继续予以呼吸机辅助通气，维护呼吸循环通畅，并采取低温脑保护，稳定王先生的身体内环境和器官功能等。经过十几天的治疗后，他神智恢复清醒。

日前，经冠脉造影检查发现，王先生心脏的一支主血管存在严重狭窄，该院心内科医生为患者放置了药物球囊，减少血管狭窄引发的风险。目前，他已顺利康复，近期出院。

该院急诊科专家介绍，心脏骤停的黄金抢救时间是4分钟内。心脏骤停后每提早1分钟，抢救的成功率就会增加10%，每延迟1分钟，抢救成功率就会减少10%，抢救越早成功率越高，后遗症越少。专家提醒，如遇有人突然倒地、意识丧失、呼吸停止，不要自行送往医院，应立即拨打120急救电话，就地抢救。

招商

新天地文化市集，汇聚百家商户，涵盖特色小吃、服装饰品、精品百货、儿童游乐、露天舞台、特色攀岩等。
招商热线：13805602425、15955169551