

“金字塔”式筛查, 阻断肝炎癌变进程

今年7月28日是第16个世界肝炎日,宣传主题为“社会共治 消除肝炎”,旨在普及病毒性肝炎防治知识,减少与病毒性肝炎相关的肝硬化和肝癌的发生及其导致的死亡。

肝炎病毒感染,特别是乙型肝炎病毒感染,是我国原发性肝癌的主要危险因素。肝炎病毒感染人体后,可以入侵肝细胞,并在肝细胞中大量复制,导致肝细胞死亡,亦可造成肝功能损伤和炎症,部分慢性肝炎会导致肝硬化甚至肝癌。对很多慢性肝病患者来说,只要能去除病因或控制病情,就能有效阻止或延缓肝硬化、肝癌的发生。

乙肝患者 积极进行抗病毒治疗

慢性乙肝患者通过积极抗病毒治疗可控制疾病发展,目前临床推荐的药物主要有恩替卡韦、替诺福韦酯和聚乙二醇干扰素。

恩替卡韦疗效强、作用可靠,但对胎儿有致畸作用,备孕女性和孕妇不能用;替诺福韦酯对胎儿无致畸作用,孕妇可用,但存在潜在的肾毒性,并可能影响钙、磷代谢,引起骨病;聚乙二醇干扰素疗程固定,乙肝病毒表面抗原和e抗原的转阴率较高,并具有一定的抗肿瘤作用,但

副作用大,对胎儿有致畸作用。上述药物各有特点,患者应根据自身情况和需求,在专业医生指导下选择和应用。

经过规范治疗 丙肝已可治愈

丙肝主要经血液传播,随着丙肝直接抗病毒药物的研发成功和临床应用,丙肝已成为可治愈的疾病,患者应积极地进行抗病毒治疗,常用药物包括索磷布韦、达拉他韦、维帕他韦、阿舒瑞韦及其复合制剂。

经过12—24周的规范抗病毒治疗,95%以上的丙肝患者可治愈。

对付肝癌 早筛、早诊、早治

有数据显示,晚期肝癌患者的五年生存率为20%以下,而早期肝癌患者的五年生存率可达70%左右。因此,对发病隐匿、病死率高的肝癌,早筛、早诊、早治是降低病死率最好的办法。

早筛、早诊主要针对肝癌高危人群,包括感染乙肝病毒和(或)丙肝病毒、过度饮酒、非酒精性脂肪性肝病、长期食用被黄曲霉毒素污染的食物、各种原因引起的肝硬化、有肝癌家族史等人群。

目前,国内外指南主要推荐用肝脏超声检查联合血清甲胎蛋白检测进行肝癌筛查,高危人群宜每隔6个月至少进行一次检查。

近年来,根据风险等级对高危人群进行分层管理的“金字塔”式筛查方案,通过初筛(识别中高危人群)、精筛(识别极高危人群)、早诊(密切随访、及早诊治)逐级浓缩的金字塔模式,可提高早期肝癌检出效率。通过检测血浆中特定的肝癌极早期标志物,可极早期预警肝癌的发生,有望作为肝癌个体化筛查或诊断的重要补充。

复旦大学附属中山医院 樊嘉

乱用点痣膏, 花季女孩终身毁容

“我就想用点痣膏悄悄把脸上的痣去掉,没想到只用一次,脸就变成这样了。”近日,17岁女孩小云(化名)来到宁波市第二医院皮肤科门诊,带着哭腔对焦婷主任医师讲述病情。

原来,小云总觉得自己脸上的黑痣拉低了颜值,格外“碍眼”。不久前,她在网上购买了一款点痣膏,涂抹后,脸部很快出现灼伤破损,起初她以为脱痂后就能恢复原样。可等部分痂皮

脱落,脸上不仅没有变干净,反而出现大片白斑,肤色斑驳怪异,这时她才到医院就诊。

焦婷在门诊中也接诊过不少点痣不当导致的皮肤损伤,但像小云这么严重的还是第一次碰到。“小云整张脸多处色素脱失、发白,有多个深浅不一的血痂,皮肤损伤非常严重。”

经过仔细检查,焦婷确诊小云的面部损伤是典型的强酸(或强碱)腐蚀

导致的化学性灼伤。她告诉小云,这种损伤是不可逆的,后续会形成难以修复的凹陷性疤痕和色素减退,属于毁容性伤害,很难恢复原本的皮肤状态。目前,小云的伤口只能使用外用药膏,预防其感染。

焦婷表示:“祛痣属于严谨的医疗行为,绝非普通美容项目。使用不正规的医用产品,看似省下开支,但换来的可能是不可逆的面部损伤。”

痣的种类很多,其生长层次、外观形态各不相同,规范治疗方案也天差地别:浅层平整的小痣可通过激光精准祛除,扎根较深的凸起痣则需手术切除。还有一种皮内痣,明显高出皮肤表面,扎根在真皮深层,多数带有毛发。“这类痣皮下根系很深,单纯激光只能处理表层色素,无法彻底清除深层痣细胞,复发概率极高。临床一般采用美容手术切除,术中会适度向外扩切1—2毫米,深度直达皮下组织,才能彻底根除病灶。” 据“钱江晚报”公众号

“低风险”的甲状腺结节, 仍有恶化可能

不少人查出甲状腺TI-RADS 3类结节,都以为属于安全范畴,觉得只需定期观察,无需过度在意。杭州一名“95后”小伙就因对这类结节放松警惕,而险些错过癌变诊断,给众多结节患者敲响了警钟。

几年前,小强(化名)在体检时发现左侧甲状腺结节,超声诊断为TI-RADS 3类,医生当时建议定期复查。

此后他一直按时随访,今年复查报告依旧显示为3类,结节大小1.7

厘米,从常规指标来看,处于低风险安全范围。但是,杭州市第一人民医院肿瘤外科张煜副主任医师仔细研判影像后,却发现了隐藏的异常情况。

该3类结节恶性风险虽低于5%,整体符合良性特征,但此结节边缘不规整、内部回声不均,且多年来持续增大,是细胞活性异常的重要信号。医生据此打破常规诊疗思路,建议小强做穿刺进一步排查。

小强起初感到十分意外,在接受

进一步检查后,最终被确诊为甲状腺乳头状癌。医生告诉他,这种癌症虽是甲状腺恶性肿瘤,但恶性程度低、治愈率高,术后大多无需放化疗。

医生提醒,TI-RADS 3类结节低风险不代表零风险。部分早期恶性结节会伪装成良性形态,而结节持续增大是独立危险信号,需格外警惕。对于难以界定性质的结节,可通过穿刺活检、基因检测以明确其性质。

据“健康杭州”公众号

“大姨妈”飘忽不定, 当心“多囊卵巢”作祟

大二女生小张(化名)近三年来“大姨妈”时有时无。以前,她以为是学习压力大所致,没有重视。前段时间,她月经来了20多天还不干净,这才担心起来,到医院妇科就诊,希望医生给她开点止血的药。详细检查后发现,小张患上了“多囊卵巢综合征”。

这是女性常见的生殖内分泌代谢性疾病,多见于育龄期女性,严重影响女性生殖、内分泌、代谢和心理健康。目前,该病征尚无有效治愈方案,以对症治疗为主,且需要长期管理。青春期、围绝经期患者使用天然孕激素或地屈孕酮,用药时间一般为每个月经

周期内10—14天。

此外,短效复方口服避孕药不仅能够调整月经周期、预防子宫内膜增生,还能减轻高雄激素相关症状,可作为育龄期无生育要求患者的首选方法,治疗3—6个周期后可停药观察。上海市第一人民医院妇产科 杨烨

三伏天冬病夏治, 古法“药西瓜”受热捧

西瓜挖出部分瓜瓤后,在其中装入中药材,蒸一小时左右食用,竟有药用价值。入伏后,不少医院开启冬病夏治诊疗门诊,上海市第二人民医院中医内科哮喘病专科推出的特色食疗“药西瓜”,吸引了不少患者前去咨询。

市民王先生常年胸闷气喘,听闻亲友通过中医调理收效不错,特意入伏首日便赶到医院就诊咨询。该院中医内科主任李威介绍,三伏阳气鼎

盛,人体毛孔舒展,敷贴治疗配合食疗更易驱寒。普通生西瓜性寒,会削弱三伏贴温阳效果,而“药西瓜”是沪上名老中医张少堂传下的古方,其制作方法简单:取三四斤重的西瓜切盖,挖去部分瓜瓤,放入姜末与定制药包,再用牙签封好盖子,隔水蒸一小时。趁热喝汤吃配料,微微发汗即可,出汗后及时擦干、避风,这套温和出汗法能排出积寒,不伤正气。

这款食疗方法适合三类虚寒人群:常年咳嗽、吐白稀痰的呼吸道虚寒者;一吃生冷就胃痛腹泻的脾胃虚寒者;畏寒腰酸、小便清长的肾阳不足人群。

据悉,市二医院的“药西瓜”分1号、2号两组保密药方,根据患者不同病症选用。而冬病夏治核心原则在于一人一方辨证施治,有需求的市民可到医院面诊,由医师诊断开具适配自身情况的药方。据“上海黄浦”公众号

华山医院创新术, 破解患者『双癌』困局

3个月前,沈老伯(化名)突发皮肤、眼睛发黄及进食哽噎,就医后竟同时确诊胰头癌梗阻性黄疸与食管下段癌。外院为其内镜手术解除黄疸后,坦言后续治疗棘手——两癌化疗方案难兼顾,且患者虚弱,耐受化疗能力未知。

绝望中,沈老伯来到华山医院胰腺外科,该科傅德良、蒋永剑医生接诊后,迅速联合胸心外科庞烈文医生开展多学科研讨,评估后认为患者虽为双原发癌,但两处肿瘤仍可切除,患者仍有长期生存希望。

可手术难度极大:胰头癌需行高难度的胰十二指肠切除术,术后易并发“胰瘘”;食管癌需施行胸腹联合根治术,术后可能出现“吻合口瘘”,还会面临管状胃血供受损、吻合口风险高等问题,手术成功率低。关键时刻,庞烈文提出“脾脏和胰体尾整体移位至胸腔”的创新方案,为管状胃留足空间、保障血供,破解手术死结。

手术当日,胸心外科团队先完整切除毗邻支气管与主动脉的食管肿瘤;紧接着,胰腺外科团队完成胰十二指肠切除与胰体尾、脾脏转位,妥善保护重要血管;最后,两科联合完成涉及5个吻合口的消化道重建。历时10小时,手术顺利完成。术后两周,沈老伯康复出院,未出现高危并发症。

复旦大学附属华山医院 供稿

贪食生腌海鲜, 男子险因肠病夺命

近日,上海市公共卫生临床中心多学科团队历经30余天全力救治,将一名30岁重症暴发性阿米巴肠病患者从死亡线上拉回。据悉,该男子赴东南亚出差时食用生腌海鲜,感染了阿米巴原虫,后续发展到肠道大面积溃烂并大出血,多次休克,在外院判定预后极差后转至该院治疗。

该院重症医学科主任王鹤介绍,东南亚等湿热地区是阿米巴病的高发地,食用被污染的生水与生食都可能感染阿米巴原虫。多数轻症感染者仅轻微腹痛腹泻,很容易当成普通肠胃炎自行吃药缓解,继而耽误治疗。一旦发展为暴发性重症,原虫会不断啃噬肠壁,引发血水样腹泻、持续高烧,还会造成消化道大出血、大面积感染,导致患者休克,甚至转移至肝脏形成脓肿,严重时必须切除肠道,致死风险极高。

医生提醒市民,经常出境、外出就餐人群,应守住几条饮食防线。坚决不吃生腌、生食海鲜;只喝煮沸的白开水或正规瓶装饮用水;在外吃果蔬尽量选可削皮的品种。 通讯员 范竹忬

答读者问

宝山区张先生来信咨询:我因患有骨质疏松症需长期补钙,但听说经常服用补钙剂会增加结石的风险。这种说法正确吗?

上海长征医院健康管理中心刘婷婷回答:过量补钙,尤其是通过钙补充剂而不是饮食摄入,的确可能增加尿液中钙的浓度,导致结石风险上升。

根据世界卫生组织的建议,成人每日钙的推荐摄入量为800—1000毫克。孕妇、老年人及患有骨质疏松的人群,建议钙摄入量增加到每日1000—1500毫克。