

乳腺癌专家两度抗癌:以己为炬,照亮患者重生路

作为美国极少数具有乳腺外科与整形外科双重执业资质的医生,安妮·佩莱德在职业生涯中始终与乳腺癌诊疗与康复相伴,却从未想过,自己会在无家族病史的情况下,两度与这个病魔正面交锋。

从治病救人的专家,到亲历病痛的患者,安妮在抗癌路上坚守医者仁心,研发的神经重建技术,为千余名乳腺癌患者留住了生活的尊严。

无家族史却确诊乳腺癌

安妮出身医学世家,父亲是肿瘤内科医生,母亲与姐姐均为放射科医生,且三人都专攻乳腺癌诊疗与研究。15岁起,安妮便协助家人整理乳腺癌相关资料、参与研究,这份耳濡目染,让她日后成为了擅长乳

腺肿瘤整形保乳手术的权威专家。

2017年11月,36岁的安妮在常规自检中发现乳房肿块。“我饮食健康、作息规律,还热爱运动,又没有家族病史,起初以为只是普通囊肿。”安妮回忆道。可肿块迟迟未消,她立刻为自己安排穿刺活检。次日,正当安妮准备上台为患者实施双侧乳房全切手术时,病理科的电话传来噩耗——她被确诊为浸润性乳腺癌1期,基因检测未发现任何突变风险。

得知消息后,安妮和家人围坐在一起,像开展多学科会诊般反复研讨治疗方案。

安妮面临艰难抉择:是选择复发率最低的全乳切除,还是兼顾治疗效果、美观与功能的保乳手术?“我担心术后胸部麻木、感知丧失,

更怕影响上肢运动能力,无法尽快回到临床岗位。”最终,因肿瘤未扩散至淋巴结,安妮选择了创伤较小的肿瘤整形保乳手术,主刀医生还为她置入标记物BioZorb,精准定位病灶以便后续观察。

术后第六天,安妮便恢复运动,完成放疗后,常常穿着运动服跑步回家,术后3个月更是完成了穿越金门大桥的10公里跑。她的从容与坚韧,让7岁的儿子和4岁的双胞胎女儿始终未察觉母亲的病情。“这让我很欣慰,癌症没有过多影响我们一家人的生活。”安妮说道。

研发新技术造福患者

2018年2月,术后仅一个月,安妮便重返岗位。接诊中,她发现许多保乳患者因手术损伤肋间神经,

胸部失去感知功能,“滚烫的热油溅到身上,皮肤烧红了都毫无知觉”。这让安妮萌生了研发神经重建技术的想法——像保护面部神经那样,在乳腺癌手术中保护或重建乳房感知神经。

这一想法得到了专攻周围神经修复的丈夫的支持。夫妻俩携手探索,丈夫用显微外科技术定位细如发丝的肋间神经,安妮则革新手术路径,共同开创了“保持感知的乳房切除术”。截至目前,已有千余名患者受益于这项技术,相关成果还被多个乳腺外科权威指南引用。

再遇病魔:坚守初心温暖同行

就在安妮全力推广新技术时,命运再次考验了她。2025年5月,迈过5年生存大关的安妮,患侧乳

房再次出现钙化点,经检查确诊为全新的原发性乳腺癌。“40岁女性患乳腺癌的几率不足5%,我却两次中招,这是什么运气。”安妮自嘲道,内心满是困惑与不甘。

结合首次治疗经历,安妮决定先接受全乳切除,再进行乳房重建和感觉功能重建。2025年8月,在洛杉矶,安妮的丈夫成功地为妻子实施了神经重建手术,配合他手术的正是安妮培训的医护人员。

如今,安妮恢复良好,依旧坚持运动、坚守临床一线,还常向患者展示自己的疤痕,分享抗癌经历。她常说,这份亲历让她读懂了患者的恐惧与渴望,也让她更加坚定了用医术与善意,为更多乳腺癌患者照亮重生之路。

据“医学界”公众号

健康新知

50种早期癌症检测,一次搞定

据新华社报道,英国一项癌症检测临床试验将于2026年公布结果,该试验采用单次血液检测技术,可在症状出现前发现约50种癌症。这项技术无需侵入性检查,操作便捷、准确率高,有望打破癌症“沉默期”筛查难题,为早期干预争取时间,推动癌症防治进入“早发现、早治疗”的新阶段。

帕金森病可精准无创治疗

日前,清华大学与北京大学团队联合发现了帕金森病的核心病变靶点,推出精准无创治疗技术。该技术针对震颤、步态冻结等运动障碍症状,采用无创神经调控方式,精准作用于大脑相关病变区域,避免传统治疗创伤大、副作用明显等问题。已有多位高龄患者接受治疗后,肢体抖动大大减轻,能平稳自主行走,日常活动能力大幅提升,伴随的焦虑、紧张情绪也得到明显缓解,生活质量得到改善。

患高度近视,需警惕多种眼疾

近视困扰,多年来一直依靠隐形眼镜改善视力,近期视力突然明显下降。接诊的医生解释,高度近视不会直接导致白内障,但会通过局部结构与代谢两条间接途径诱发白内障。此外,曹女士长期佩戴隐形眼镜,导致角膜缺氧、毛细血管增生,镜片护理不当还造成角膜微小擦伤,进一步诱发了白内障。

考虑到曹女士眼球结构不稳、角膜混浊的情况,邹俊主任团队制定

“两步走”方案,先为右眼实施飞秒激光辅助白内障手术,左眼待条件成熟后再施行角膜移植手术。目前,曹女士右眼术后视力已恢复正常,医生提醒她,恢复期需注意安全,避免摔倒。邹俊主任提醒,高度近视是多种眼病的高危因素,建议相关人群将眼科检查纳入年度体检;佩戴隐形眼镜需做好清洁、定期更换,避免长时间佩戴,出现视力异常应及时就医。

上海市第十人民医院 供稿

佩戴隐形眼镜多年的58岁曹女士(化名),近期总感觉镜片佩戴不适、视物模糊日渐加重,她起初以为是近视度数加深或老花,直到前往上海市第十人民医院眼科就诊,才发现自己不仅提前患上白内障,还伴有角膜混浊。更棘手的是,曹女士双眼均为超高度近视(均超过1000度),常规白内障手术面临较高风险。最终,上海十院邹俊主任团队借助飞秒激光和显微设备,为其顺利完成第一阶段手术,让角膜混浊相对较轻的右眼恢复了正常视力。

曹女士自学生时代就饱受高度

全球百岁老人的“长寿菜单”

2026年1月,美国、意大利、希腊等多国科研机构联合完成的一项研究,发表在《转化医学杂志》上。该研究系统梳理全球百岁老人饮食习惯,总结出几大长寿饮食要点。

百岁老人的饮食以植物性食物为主,蔬菜、水果、全谷物、豆类占比最高,极少食用加工食品。他们常以燕麦、糙米、玉米等粗粮替代精米白面,每日足量摄入蔬果与豆类,补充膳食纤维、维生素与优质植物蛋白。

百岁老人注重选择优质蛋白,蛋

白质与脂肪摄入比例适中,白肉、蛋类、奶类为主要蛋白来源,红肉摄入有限,不食用加工肉制品。他们常以少量坚果作为零食,补充健康脂肪。

百岁老人日常饮食普遍清淡,食盐摄入量低于世卫组织推荐标准,高血压发生率较低。烹饪多采用清蒸、白灼、凉拌等方式,以葱姜蒜等天然食材提味,减少用盐量。

他们普遍坚持每餐七八分饱,遵



本图由豆包AI平台辅助生成

循热量适度原则。研究显示,适度控制热量可延缓衰老、降低死亡风险。细嚼慢咽、调整进食顺序、使用小餐具等方式,均有助于控制食量。

据“人民日报”健康客户端

一位15岁的女孩在吃了冰淇淋后,突然头部剧烈疼痛,感觉整个大脑像被“冻住”了一样,医生将这种病诊断为“冰淇淋头痛”。

“冰淇淋头痛”又叫“冷刺激性头痛”,是一种人在摄入冷物质(比如冰淇淋、冰水,甚至是冷空气)后立即出现的头痛反应。

头痛的部位一般在前额、双侧太阳穴,疼痛一般为尖锐的刺痛、大脑冰冻感,停止进食寒冷食物后头痛会自行缓解。

当冰冷食物快速进入口腔,上颌及咽部温度会急剧下降,冷刺激信号经过三叉神经、舌咽迷走神经传入大脑,导致大脑中疼痛物质释放、血管快速收缩和扩张,从而引起头痛。但等到上颌和咽部温度恢复正常后,大脑就会“解冻”,头疼也随之解除。

“冰淇淋头痛”所持续的时间与个体对冷刺激的敏感度、血管反应和神经传导有关,数秒至数分钟即可缓解。如果患者经常犯病,建议到头痛专科门诊就医。

据“人民网健康”公众号

你听说过「冰淇淋头痛」吗?

二尖瓣脱垂:心脏“大门”故障

在体检报告中,经常会出现“二尖瓣异常”的提示,有的患者很担心:“是否患上了重大疾病?”心脏如同精密的“泵站”,内部有四个腔室,通过四个瓣膜协调开合,控制血液单向流动。

二尖瓣位于左心房与左心室之间,犹如一扇“单行门”,在心脏跳动时精准开合,确保血液顺畅地从左心房进入左心室,再泵向全身。

当二尖瓣脱垂时,这扇门可能“合不拢”或“松动”,而超声心动图(心脏彩超)就能够清晰观察瓣膜开合状态,给医生的诊断带来便利。

当二尖瓣脱垂时,超声会出现异常表现:一是瓣膜“翘起来”,瓣膜叶片过度向左心房方向鼓起,甚至超出“门框”(瓣环),被称为“吊床样改

变”;二是血液“倒流”,正常情况下血液应被泵向全身,而当二尖瓣关闭不严时,一部分血液会倒流回左心房,在彩超上呈现蓝色或红色的“漩涡”状影像。

此外,若二尖瓣长期关闭不严,左心房逐渐扩张,左心室为维持正常血液循环,需额外“加班”,长此以往可能导致心室扩张、心肌变厚,影响整体心脏功能。

不过,轻度脱垂通常无需治疗,只需定期随访,注意保持健康的生活方式;有明显症状或反流,可能需要药物治疗;因严重脱垂或明显血液反流而影响心脏功能,可能需要手术。

复旦大学附属华东医院超声科 王海

千年观前街 一个采芝斋

苏州热线电话: 0512-67276198 全国热线电话: 0512-67274512
地址: 苏州市观前街91号 网址: caizhizhai.tmall.com