

健康园



扫码关注新民健康园官方微信

本报专刊部主编 | 第 875 期 | 2021 年 12 月 27 日 星期一 本版编辑:潘嘉毅 视觉设计:戚黎明 编辑邮箱:pjy@xmwb.com.cn

“防癌早筛”要创新 体检“含金量”再升级

定期体检在癌症筛查中的重要意义毋庸置疑，人们更期待特异性强的生物标记物、试剂盒、检测指标能早日问世，使筛查早期癌症的关口再向前移。近日体检行业传来好消息，一系列灵敏度高、特异性强的精准早筛手段开始陆续运用到临床实践中。



2021 年即将过去，年终体检大考“成绩”如何？日前，由上海市医学会健康管理学分会、上海市社会医疗机构协会共同指导，爱康集团主办的“防癌早筛百城行暨《2021 版上海百万城市体检人群健康报告》”发布会在上海举行。

《2021 版上海百万城市体检人群健康报告》提示，2020 年爱康集团在上海城市人群随访到的癌症确诊者以甲状腺癌为最多，往下依次为肺癌、宫颈癌、乳腺癌、肝癌和前列腺癌等。上述癌症病种排序反映了明显的体检特点。比如，甲状腺超声是发现甲状腺癌的重要手段。甲状腺超声参检率较高是甲状腺癌发现人数最多的主要原因。又如，胸部低剂量螺旋 CT 是体检场景发现肺癌信号的重要手段，但是参检率相对较低导致了一定数量的漏诊。同样，粪便隐血检测和肛门指检被体检者直接弃

检的比例始终居高不下，使得结直肠癌在上海城市人群中通过体检初筛发现的人数较少。此外，受检查手段限制，有些癌症通过常规体检手段无法检出。

随着医学科研能力的进步、临床研究水平的提高，癌症筛查的手段不断被创新、被拓展，帮助人们实现癌症“早发现、早诊断、早治疗”的目标。

早筛查、早诊断是早期发现肺癌和癌前病变的重要途径。在众多无明显症状的人群中发现癌前病变或早期肺癌患者，并给予精准防治，是提高肺癌治疗率的关键。除了低剂量螺旋 CT 进行体检筛查外，癌胚抗原(CEA)、细胞角蛋白 19 片段(Cyfra21-1)、胃泌素释放肽前体(ProGRP)、神经元特异性烯醇化酶(NSE)、鳞状细胞癌抗原(SCC)等常用的肺癌肿瘤标

志物也能按需联合用于肺癌筛查。在此基础上，体检还引入人工智能和液体活检等先进的检测技术，提高肺癌筛查的效率和准确性。

大量肝癌高危人群缺乏筛查意识，没有进入临床监测及预防管理，直接造成我国肝癌发现时即晚期的占比高以及致死率高，肝癌高危人群主要包括慢性乙肝、慢性丙肝患者。现阶段，临床采用影像学及血清学等联合检测来对肝癌进行筛查。随着科技的进步，包括液体活检在内的创新技术为小肝癌筛查提供了新的方案和思路，有助于提高早期肝癌发现率，提高 5 年生存率。

结直肠癌在 2020 年已经上升为中国第二大高发癌症，上海等一线城市新发病例增长迅速。肠癌的发展期通常为 5-8 年，早癌阶段可以实现 90% 以上的 5 年生存率，癌前病变阶段可以基本实现治愈。早筛的卫生经济学价值尤为显著。早期肠癌症状隐匿性强，无症状高风险人群筛查的关键是提高依从性。临床实践已经证明，多靶点粪便 FIT-DNA 检测可以带回后居家取样，有效提升筛查的依从性，扫除肠癌筛查“盲”区。这项检测在今年得到了两部国家权威临床指南的推荐，检测结果为阳性的人群建议及时就医，定期复查。

今年，“防癌早筛百城行”围绕肝癌、结直肠癌、乳腺癌、肺癌、膀胱癌等常见的高发恶性肿瘤展开科普联合义诊活动，已经走访全国一百多个城市，通过走进企业，走入基层，积极宣传“防癌早筛”的重大意义。

柏豫 图 TP



专家点拨

子宫肌瘤切除手术，做还是不做

手术做还是不做？相信很多子宫肌瘤患者都为之纠结。子宫肌瘤确实有可手术可不手术的状况，取决于“全面综合考虑”的结果。妇科医生一般根据年龄、症状、生育要求，结合肌瘤的位置、大小全面综合考虑，使得手术指征并无绝对标准。

临床症状是决定手术与否的重要因素之一。出现如下三种情况可考虑手术：由于肌瘤引起月经过多或异常出血，导致贫血；肌瘤压迫膀胱、直肠等周围器官导致尿频、便秘等相关症状；肌瘤造成不孕、自然流产，或备孕时发现肌瘤、明显改变宫腔形态者。

至于肌瘤大小对手术的“一票否决”，早已没有“5 厘米必须手术”的说法，应结合肌瘤位置加以评估。比如浆膜下肌瘤大多无症状，超过 5 厘米也可观察；若是黏膜下肌瘤，即使只有 1 厘米，也能诱发贫血，应当手术。另外，肌瘤增长迅速或血流信号丰富，疑似恶变，也须考虑手术。

子宫肌瘤大部分时间能和人体和平共处，不必用药及手术。很多时候，人们的困扰源自不了解甚至是误解带来的心理恐惧。目前医学界也没能找到适合长期服用且确定能控制肌瘤的灵丹妙药，更遑论缩小肌瘤至消失了。此外，子宫肌瘤奔“良”从“恶”只占极少数，恶变发生率一般小于 0.50%，所以大可不必整天提心吊胆，定期随访 B 超，淡定放松就好。

顾卓伟（上海交通大学医学院附属仁济医院妇产科副主任医师）

清洁润肤联合外用药 有效缓解瘙痒与干燥



医护到家

对于银屑病患者而言，冬季是四季里最难捱的季节，因为在气温较高的夏季，皮损治疗见效快，疗程短，效果好，病情轻的银屑病患者皮损可能会自行消退。冬季恰恰相反，气温低、干燥、寒风凛冽，这些外因都不利于病情好转。不过患者不用焦虑，只要做好冬季银屑病的科学护理，仍然能够在冬季里有效控制疾病，预防复发，避免出现严重并发症，提高生活质量。

银屑病俗称“牛皮癣”，是一种常见的、容易复发的、由多因素诱导、多基因遗传的慢性炎症性皮肤病。目前尚无根治方法。

■ 皮肤清洁

为了缓解瘙痒、干燥等不适，银屑病患者正确的洗浴应该是去除鳞屑，修复皮肤屏障，促进皮肤循环和代谢。

首先，洗澡不宜每日使用沐浴露。不可过度搔抓皮损，不用浴巾等用力搓擦，过度搔抓或搓擦会使皮损受到刺激，加重病情。

其次，洗澡水温以 37℃-39℃ 之间为好；每次 10-15 分钟。建议使用滋润型沐浴露。洗浴完成后，及时(5 分钟内)在皮肤上擦拭润肤剂或药膏，可以锁住皮肤表面的水分，缓解干燥瘙痒，有利于药物吸收。总之，洗浴应以不刺激皮损、无不适感为度。

■ 润肤与保护皮肤屏障

皮肤屏障是人体的“健康卫士”。而银屑病患者的皮肤屏障是受损的，导致皮肤水分丢失，角质堆积，皮肤小裂隙，极易受刺激。

保护或修复皮肤屏障最重要的工作是润肤，尤其在冬季皮肤较其他季节干燥，保湿润肤更为重要。建议选择油性的润肤霜(如尿素霜、凡士林等油包水的润肤剂)，可全身大面积涂抹，皮损处应每日多涂几次。至于润肤剂与外用药物涂抹顺序，可以先大面积涂润肤剂，再局部涂抹外用药物，两者最好间隔一段时间。

■ 外用药物治疗

根据医嘱用药 临床上一般以卡泊三醇软膏或者复方卡泊三醇制剂作为首选。正确的用药方法是，皮肤清洗干净后，在皮损部位涂抹药膏，并轻轻按摩促进药物渗透。

特殊部位用药 针对头皮银屑病的治理，选用适合于头皮的“糖皮质激素类搽剂或凝胶”，1-2 周皮损明显改善后，可停用或减少使用次数，改用或联合使用卡泊三醇搽剂；男性可以把头发剪短(便于涂药)。晚上睡觉前用药后佩戴浴帽，既加强药效，还能保护枕头不受污染。

腋下、腹股沟及面部的皮肤薄嫩，长期使用激素类药膏容易产生相关副作用，包括皮肤萎缩、色素沉着、毛细血管扩张等。这些部位用药尤需谨慎，应严格按照医嘱用药，选择不良反应较少的非激素类药物。

伍洲炜（上海交通大学附属第一人民医院南部皮肤科执行副主任、副主任医师）

电极拔除+无导线起搏器植入 个性化定制起搏器感染解决方案

近日，上海长海医院介入导管室内，心血管内科郭志福主任、赵仙先教授和秦永文教授团队成功完成一例起搏电极拔除+无导线起搏器植入术。

72 岁的胡先生有多年心律失常病史，2008 年因间歇性 III 度房室传导阻滞植入了双腔起搏器，2016 年因起搏器电池耗竭接受了起搏器更换术。一个月前，在无明显诱因的情况下，囊袋皮肤出现破溃，起搏导线部分外露。考虑到患者年龄大，且起搏器电极植入时间较长，处理难度增加，家属陪着患者来到长海医院心血管内科寻求解决良策。

长海医院心血管内科赵仙先教授和秦永文教授详细了解胡先生的病情和身体状况后，决定给予起搏器电极拔除。考虑到患者目前为持续性房颤，心室率不慢，起搏需求不高，决定予以同期植入无导线起搏器。手术在局部麻醉下进行，采用牵引技术成功拔除了心房电极和心室电极，并进行了囊袋清创术。最后通过右侧股静脉顺利植入无导线起搏器。整个手术过程仅用了 2 小时。

赵仙先教授介绍，感染是起搏器植入术后最常见的并发症之一，一旦发生起搏器感染，患者有发生感染性心内膜炎、败血症的风险，局部清创及强化抗感染治疗往往无效，目前国内外指南均建议尽早取出整套起搏器装置，避免发生严重后果。起搏器电极拔除的手术难度大，手术风险极高，患者随时可能出现心脏压塞、血胸、肺栓塞、纵膈出血，甚至死亡。目前国内绝大部分医院未开展此类手术。1999 年，长海医院心内科秦永文教授在国内率先开展应用牵引和圈套技术拔除永久性起搏器电极导线的工作，取得了良好效果，众多患者从中受益。

对于胡先生而言，电极拔除后同期进行无导线起搏器的植入，无疑是最佳选择。赵仙先教授指出，无导线起搏器 Micra 以微创方式“进驻”心律失常患者心脏，无导线、无囊袋，患者甚至感觉不到其存在，成为心脏健康的“隐形卫士”，其强大的电池续航能力，寿命可长达 10 年以上，并具有兼容 1.5 T/3.0 T 全身核磁共振扫描检查等创新功能。除此之外，无导线心脏起搏器消除了与传统起搏器和导线相关的多种并发症：如囊袋感染、血肿、导线移位和导线断裂等。植入手术过程中不需停抗凝或抗血小板药物，术后完全不影响患者运动，显著提高了患者的生活质量。赵仙先教授团队于 2020 年在国内较早开展无导线心脏起搏器植入术，目前已为 16 例患者植入了心脏无导线起搏器，成功率达到 100%。凌溯