

# 康健园



扫码关注新民  
康健园官方微信

本报专刊主编 | 第909期 | 2022年10月31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

## 大肠癌正悄悄逼近年轻人

很多人觉得大肠癌是中老年人的疾病,年轻人是不会得的,真的如此吗?其实,年轻人也需警惕大肠癌,调整好生活方式,做好大肠癌的预防。

### 病例故事

28岁的小丽近几年体检一直有轻微的贫血,没有明显不适的症状,觉得应该没啥事,便没放在心上。今年,小丽时不时会感到头晕,工作时也总觉得乏力,于是去医院就诊。粪便隐血试验结果为++,医生进一步安排了肠镜,最后确诊为结肠癌。医生马上为小丽安排了住院和手术。



图 TP

大肠癌是世界范围内最常见的恶性肿瘤之一,发病率和死亡率分别位居所有恶性肿瘤的第二位和第三位。我国大肠癌的发病率呈逐年上升的趋势,位列所有恶性肿瘤第三位。在北京和上海等大城市,大肠癌的发病率更高,已经跃居所有恶性肿瘤的第二位。

以往的研究显示大肠癌确实是在50岁以后高发,但近年来大肠癌明显有年轻化的趋势。而且,年轻人不如中老年人对癌症那么警觉,出现症状也不以为意,诊断时间偏晚。与中老年人相比,年轻人的大肠癌往往恶性程度高、进展快,术后容易复发和转移,预后差。

大肠癌早期预警虽然隐匿,但仍有蛛丝马迹可循,千万不要忽视了。肠癌常常会导致排便习惯的改变,比如排便时间发生变化,量变多或变少,粪便粗细改变,腹泻或便秘等。

由于肿块与粪便的接触摩擦,肿瘤表面破溃导致出血,如果肿块距离肛门较近,血液会呈鲜红色,若较远,血便则呈暗红色,常常被误认为痔疮而延误治疗。由于肿块的生长,粪便通过不畅,就可能引起腹胀和腹痛。另外,肠癌会导致长期慢性失血,患者会表现出贫血的相关症状,如头晕、心慌、乏力等。

即使得了大肠癌,也不用害怕。大肠癌的治疗方法发展迅猛,早已今非昔比,包括手术治疗和药物治疗。随着微创技术的普及,大肠癌微创手术的比例也越来越高,只需在肚子上打几个小孔就能解决问题。近些年还有机器人手术系统,经自然腔道取标本手术的涌现,进一步减少了手术的创伤,加快了患者的康复。免疫治疗研究也同样突飞猛进,对于微卫星不稳定或错配修复基

因缺失的大肠癌,免疫治疗较传统的化疗显著提高了患者的生存机会。

预防大肠癌要从日常生活点滴入手,尤其不能把年轻视作健康的资本。首先要培养健康的生活方式。减少红肉和加工肉类的摄入,增加水果和蔬菜的摄入,适量摄入坚果和乳制品,控制钠的摄入量;其次,戒烟,远离二手烟;再次,避免大量饮酒和高频率饮酒;控制体重,避免肥胖和糖尿病,已有肥胖或糖尿病者应及时减肥或控制糖尿病;此外,还要适量进行体育锻炼。

如果出现了大肠癌的早期预警症状,要及早就医。有大肠癌家族史的年轻人,应较早地开展大肠癌筛查,可咨询医生具体的筛查方案和时间。**徐宇秋(医师) 汤文涛(主治医师) 许剑民(主任医师)**(复旦大学附属中山医院结直肠外科)

### 无影灯下

疝是人类的常见病,俗称“小肠气”。很多人觉得“小肠气”是男性的专利,事实上有些种类的疝病反而更“青睐”女性。

疝病的本质是腹壁里面起支撑作用的肌腱膜层因各种原因出现了一个“破洞”,腹腔里的肠管等脏器通过这个“破洞”跑出腹腔,因为外面有皮肤包裹,因此形成局部肿块。打个比方,棉衣的布破了,棉花就会通过破洞跑出来;在这里布就相当于腹壁肌层,棉花相当于肠子。由于破洞的存在,疝病形成的肿块很有特点,站立或用力时出现,而一旦躺下用手按一下就不见了,时有时无,像捉迷藏一般。

既然是腹壁上出现了“破洞”,当然男女皆有可能。男性因为胚胎发育过程中有一个睾丸穿越腹壁下降到阴囊的过程,同时与睾丸相连的精索会终身穿过下腹与大腿交界的腹股沟区成为一个潜在薄弱点,因此腹股沟疝大多发生在男性。对于女性,由于腹壁肌腱膜层的强度和愈合能力不如男性,因此手术切口愈合不好导致的切口疝多于男性;女性由于怀孕时腹壁扩展,脐部被拉薄,更易发生脐疝;女性骨盆相对宽大,局部的孔隙天生也大于男性,所以股疝、闭孔疝更常见。

女性疝病的总体发病率虽低于男性,但种类更丰富,其中切口疝、盆底疝等的治疗难度更大些,而且股疝、脐疝发生急性并发症的风险要高于男性,尤其是老年女性患者。女性常见的脐疝的发生位置——脐环相对较坚强;股疝和闭孔疝的疝洞是由骨骼边缘与肌肉腱膜的夹角形成的,也是强硬不能扩张的。由于洞口较小,掉出来的东西一般不多,在体表形成的肿块也很小,形成的后果有两方面:容易被忽视;平时出来的东西虽不多,一旦有比较多的肠管被挤过洞口,就很容易被卡在洞口导致“嵌顿”发生。“嵌顿”是疝病的严重急性并发症,绝对马虎不得。而男性最常见的是腹股沟疝,洞口位置相对比较松弛,肠管容易掉出来但也容易回纳,肠管卡在洞口导致嵌顿的发生率5%—10%。

疝病不是男性的专利,女性也会得病,并且种类上与男性不同。除了症状明显的切口疝外,女性疝病大多不怎么起眼,但千万不能忽视,因为它容易发生致命的急性并发症。现代疝病的手术已经非常成熟,疗效好,腹腔镜技术能让手术更加微创。得了疝病不要拖延,尽早手术治疗才是正确之道。**汤睿(上海市东方医院疝与腹壁外科主任医师)**

## 女性也会得疝病

### 前沿新探

## 创新ADC临床研究捷报频传 “靶向+化疗”新药杀敌不自伤

近年来,肿瘤治疗领域虽然经历了长足发展,取得了显著进步,但医生和患者仍需面对诸多困境,有些难题缺乏对策,还有些瓶颈无法冲破。比如,在晚期乳腺癌远处转移、乳腺癌特殊分型等方面仍有较大治疗需求亟待满足。又如,肺癌的发病率和死亡率一直居高不下,病情相对复杂的肺癌在治疗手段上存在技术空白。

沉寂多年的ADC类药物,近期在临床研究方面捷报频传,有望为癌症治疗格局带来变革,为延长患者生命带来希望。

ADC类药物中文名为抗体偶联药物,它由单克隆抗体、连接子和载荷药物三部分构成。ADC类药物借助单克隆抗体特异性地结合肿瘤细胞表面高表达的靶抗原,形成ADC-抗原复合物,通过内吞作用进入细胞,使载荷药物进入肿瘤细胞发生药力从而杀死肿瘤细胞。ADC综合了抗体疗法及化疗的主要优势,兼具靶向和杀伤能力,在不杀伤正常细胞的情况下,发挥杀伤肿瘤的作用。现已获得多项临床试验结果支持,HER2 ADC靶向治疗方案在肺癌、乳腺癌

HER2阳性、HER2低表达等亚型相关适应症获得美国FDA批准;针对HER3、TROP2等靶点的ADC不断崭露头角,已在非小细胞肺癌的治疗中逐步取得成绩;B7-H3 ADC研究的突破性结果亦显示了ADC在小细胞肺癌领域的潜力。

目前ADC类药物尚未在国内获批。相信未来ADC类药物有望拓展至各个实体瘤的各个阶段,为难治性恶性肿瘤患者提供适宜的治疗选择,解决患者的燃眉之急。**章萇**

### 医周健闻

## 九价HPV疫苗扩龄 适用者应种尽种

近日,九价HPV疫苗的扩龄获批和供应逐步增加,以前受限于接种年龄的焦虑将随之大减,更多成年女性将从中获益。

复旦大学公共卫生学院流行病学教研室陆一涵教授介绍,HPV有200多种型别,宫颈癌主要由高危型HPV持续感染所致。中国女性最易感染的高危型HPV亚型前三的是:HPV16、HPV52、HPV58。HPV的感染途径除性行为外,还可通过母婴传播以及皮肤黏膜接触感染。除子宫颈外,HPV也可感染身体其他部位:口腔、咽喉、皮肤和肛门等。

上海市第一妇婴保健院段涛教授介绍,在中国,HPV16/18型导致约69%宫颈癌,即二价和四价疫苗覆盖的型别,可以预防69%的宫颈癌。除此之外,加上HPV31/33/45/

52/58型,即九价疫苗覆盖的高危型别,可以预防92%的宫颈癌和90%的生殖器疣。

九价HPV疫苗是目前唯一覆盖了HPV52、58两种高危型别的疫苗。随着九价HPV疫苗的扩龄,目前中国境内大部分HPV疫苗都已适用于9—45岁女性。

陆一涵教授指出,中国女性HPV感染率按年龄呈“双峰”分布:第一个高峰在“17—24岁”,第二个高峰在“40—44岁”。HPV疫苗作为主要的一级预防措施,目前我国适龄女性的接种覆盖率还远远不够。九价HPV疫苗扩龄后,适用年龄覆盖了9—15岁、27—45岁两个年龄段。WHO推荐HPV疫苗最佳接种年龄为9—15岁,而27—45岁女性有更大的HPV暴露风险。九价HPV疫苗扩龄,可以给女性更全面的防护,为不同年龄层的女性预防HPV感染和降低相关疾病风险带来更多选择。平均每5个25—45岁女性中,就有1人感

染高危型别HPV。因此,有性生活的成年女性常处于HPV感染的高暴露风险中。未发生性行为的女性,接种HPV疫苗将获得最佳预防效果,同时对于已发生性行为的女性,接种疫苗也有很好的保护作用。而大年龄段女性的免疫功能会随年龄增加而下降,对新发和既往感染的清除能力也会随之下降,从而更容易发生持续感染。这便使得成年女性感染HPV后危害性更大,因此,接种HPV疫苗对成年女性来说,也很有必要。

HPV型别多,感染很常见。感染过HPV的适龄女性,有必要接种疫苗。根据中国流行病学特征,我国女性感染HPV以单一感染为主,接种HPV疫苗可以对尚未感染的其他型别有很好的保护作用。另外,感染过HPV的女性,说明个人生活方式或体质使她比较易感,更有必要进行接种保护自己。目前尚无临床数据支持九价HPV疫苗能与其他

HPV疫苗产品互换使用。九价HPV疫苗说明书指出:如果完成3剂四价HPV疫苗接种后拟接种九价HPV疫苗,则至少间隔12个月后才能开始接种,且接种剂次为3剂。目前尚无证据支持二价HPV疫苗全程免疫接种程序结束后可以接种九价HPV疫苗。

段涛教授表示,疫苗获批上市前必须提供临床试验中的安全性相关数据。疫苗是应用在健康人群中的产品,它的长期有效性和安全性需要通过上市后的真实世界研究来提供答案。以四价HPV疫苗为例,作为全球首个获批上市的HPV疫苗,全球接种超过4亿次,在全球女性中的随访时间14年;在中国女性中随访约11年,随访研究显示,四价疫苗对宫颈高级别病变的保护效力为100%,也是迄今为止HPV疫苗时间最长的随访数据之一;九价疫苗上市略晚,迄今有8年的全球随访数据,证实其对宫颈高级别病变的保护效力100%。**凌溯**