



癌症， 一种可控制的慢性病

周口市中医院肿瘤科主任 张跃强



周回市中医院肿瘤科的专家正在开展肿瘤手术

进入 21 世纪，恶性肿瘤的发病率逐年升高，目前癌症的发病率已仅次于心脑血管疾病，居于第二位，而死亡率却居于第一位，成为人类健康的头号杀手！全世界每年有 700 多万人死于癌症，预计到 2020 年死于癌症者将超过 1000 万。所以，如何防治癌症已成为人类亟待解决的问题。

巢癌等。还有 1/3 的肿瘤病人因为发现较晚，恶性程度较高，治疗效果不太理想，如晚期肝癌、胰腺癌、低分化胃癌等，但总的来说，随着医学的进步，现代医学的肿瘤治疗水平已今非昔比，以前被视为绝症、不治之症的癌症，如今已成为可以控制的慢性病，完全没必要谈癌色变。

由此可见，未得癌症时重在预防、得了癌症重在早诊早治，良好的生活习惯以及平和的心态对于保持健康、远离癌症至关重要。2010 年卫生部发布了致癌的十大危险因素，希望我们能够熟悉并时常自警：1.吸烟；2.过量饮酒；3.食品污染；4.不良的饮食习惯（嗜好腌制、烤制、烟熏食品）；5.病毒感染（肝炎病毒诱发肝癌，人乳头瘤病毒诱发宫颈癌、EB 病毒诱发鼻咽癌）；6.超重与肥胖（脂肪能持续释放雌性激素增加患癌风险）；7.缺乏运动；8.环境污染；9.职业危害；10.不良情绪（抑制人体免疫系统，破坏机体自我保护机制）。

专家介绍

■ 张跃强：主任医师，河南中医学院兼职教授、中华医学会会员、中华中医药学会肿瘤分会理事、河南省肿瘤医学专科分会委员、河南省抗癌协会理事、周口市抗癌协会常务理事、周口市医学会胸外科专业组副主任委员。从事肿瘤临床工作 20 余年，先后到中山大学肿瘤医院、上海复旦大学附属中山医院、上海复旦大学附属肿瘤医院进修学习，擅长胸腹部各种肿瘤的外科治疗，尤其是对甲状腺癌、乳腺癌、肺癌、食管癌、大肠癌的综合治疗有专门研究。

其实，癌症并没有人们想象的那么可怕，它就像高血压、糖尿病一样也是一种慢性病。

一个正常的人体细胞转变成癌细胞，要经历非常漫长的演变过程，在各种致癌因素的作用下，细胞发生突变，导致细胞增生、化生、不典型增生、原位癌，最后发展成为具有侵袭性的浸润癌。这个过程分两个阶段：在没有出现临床可见的肿瘤以前称为临床前期，出现肉眼可见的肿瘤称为临床期。临床前期是个隐匿的过程，这个过程大约需要 10~20 年的时间，最长可达 30~40 年，这就是为什么癌症病人中老年居多的原因。据估计，在

整个肿瘤发展的自然病史中，临床前期占据的时间占 75%，在这一无声无息的隐匿过程中，肿瘤毫无症状地生长，因为没有明显的症状，从而使患者错过了早期诊治的机会。人们对于临床期肿瘤的认知经验已经相当丰富了，而这个较晚的阶段一般只占肿瘤患者自然病史最后 25% 的时间，如果肿瘤得不到根除，患者最终难免死亡。其实，任何疾病到了晚期都不会有好的治疗效果，关键在预防、在早诊、早治，这就是“不治已乱治未乱，不治已病治未病”的道理。

正是由于恶性肿瘤发病有着漫长的过程，所以 2006 年世界卫

生组织（WHO）正式把肿瘤纳入慢性病的范畴。早期发现的肿瘤通过治疗完全可以根治，中期通过恰当的治疗，一部分病人也能治愈。到了晚期，即使不能根治，通过多学科参与的综合治疗也能缓解症状、减轻痛苦、提高生活质量、延长患者生存期。

据统计：目前，有 1/3 的肿瘤病人完全可以治愈，如早期乳腺癌、早期胃癌、甲状腺癌、睾丸癌、绒毛膜、Burkitt 氏淋巴瘤、何杰金氏病等。有 1/3 的肿瘤病人通过治疗可以缓解，如慢性粒细胞白血病、慢性淋巴细胞白血病、进展期胃癌、前列腺癌、子宫内膜癌、卵

■ 何雪花

周口市中医院肿瘤科护士长，主管护师，本科学历，从事护理工作近 20 年，对肿瘤护理有较丰富的临床经验。曾参加中科院肿瘤医院护理技术操作培训，取得中华医学会和中华护理学会颁发的 PICC 资格证书，发表国家级论文 8 篇，获市科技成果二等奖一项。现任河南省中西医结合护理学会委员。主要开展的护理新业务有 PICC 置管术、PICC 的维护；中医护理技术如：艾灸、穴位封闭、中药灌肠、中药足浴等。

从医感悟：“细心、用心护理每一

科室骨干

位肿瘤患者，解除他们精神及肉体上的痛苦是我们的追求。”

■ 曾祥学

周口市中医院肿瘤科副主任，副主任医师，1987 年大学本科毕业，2005 年在职医学硕士毕业，中华中医药学会河南分会血液病专业委员会理事、河南省中西医结合委员会肿瘤分会理事、周口市抗癌协会理事、周口市医学会疼痛专业委员会

骨干力量

副主任委员。从事肿瘤临床近 20 年，曾到中国中医科学院肿瘤医院中心进修学习，有扎实的中西医理论基础，擅长各种恶性肿瘤、血液病的内科治疗，尤其在中晚期肿瘤的综合治疗及癌痛治疗方面有专长。

从医感悟：“病无不可治者，言不可治者，未得其术也；让肿瘤患者生存有尊严、生活有质量；病人的要求，就是医者的追求。”

■ 张俊杰

周口市中医院肿瘤科主治医师，毕业于天津中医药大学，医学硕士，长期从事临床实践和科研工作，积累了丰富的临床经验。具有扎实的中西医理论功底，能熟练掌握常见恶性肿瘤的中西医诊疗技术，尤其擅长肿瘤的综合治疗。

从医感悟：“德、勤、技、能”是自我要求的准则，“博学而后成医，厚德而后为医，谨慎而后行医”是我们的从医格言，从大医精诚、悲天悯人的情怀落实到实践过程中的具体行动，为成为病人心目中的‘良医’而不断努力着！”（陈霞）

穴位注射 的适应症

适应症状：
1.术后病人腹胀，不过气，肠鸣音弱；
2.放化疗后二级以上消化道反应；
3.肿瘤病人体质虚弱，面色苍白、乏力、纳差、畏寒、便溏、舌淡脉细。

常用穴位：

1.术后腹胀，不过气者，选取双侧足三里穴；
2.放化疗后消化道反应，选取双侧内关穴；
3.肿瘤病人体质虚弱，可选取足三里、神阙穴。

操作方法：

取一侧足三里穴，局部消毒后，以 5 号半针头快速刺入，提插捻转，病人得气后注入适量药物，如系术后病人，选用维生素 B1 针适量注入，以促进胃肠蠕动；如系体质虚弱病人，可选用黄芪或参附针注入；如用于止吐，可于内关穴按上述方法注入甲氧氯普胺。（陈霞）

周口市中医院 康复中心 特大优惠活动

周口市中医院门诊病房综合大楼启用，康复中心乔迁新址，为答谢各界人士对本中心的支持和厚爱，现开展和健康指导中医养生以及亚健康保健预防，特推出钻石卡、金卡、贵宾卡活动，以示感谢。

钻石卡：底线充值 5000 元，送 2000 元，即可享受价值 7000 元的健康保健以及治疗费。

金卡：底线充值 1000 元，送 300 元，即可享受价值 1300 元的健康保健以及治疗费。

贵宾卡：底线充值 500 元，送 100 元，即可享受价值 600 元的健康保健以及治疗费。

工作时间和联系方式

为了更好地为您服务，方便您的保健和治疗，康复中心中午和晚上不休息，增设午诊和晚诊，工作时间为：8:00~21:00。

中心地址：周口市中医院门诊病房综合大楼 5 楼

联系方式：

8279765 8288333 8288316

8288319 8288343

18739788117 13939449996

持本报可到周口市中医院康复中心六大功能区域免费体验保健治疗一次。

河南首家全数字化乳腺钼靶摄影系统在我院投入使用

周口市中医院最新引进的日本柯尼卡美能达 PCM 相位对比数字化乳腺摄影系统，近日投入使用。乳腺癌是女性常见恶性肿瘤之一，不仅危及患者生命，而且造成女性性征器官的缺失，危害她们的心理健康。早诊早治是提高乳腺癌治愈率、降低死亡率的关键。乳腺钼靶检查在诊断乳腺疾病上有相当高的诊断价值，其优点是无创性，痛苦相对较小，简便易行，且分辨率高，重复

性好，留取的图像可供前后对比，不受年龄、体形的限制，对乳腺癌的诊断敏感性为 82%-89%，特异性为 87%-94%，目前已作为乳腺常规的检查项目，是目前早期发现乳腺癌的最好方法。该院最新引进的全数字化乳腺钼靶成像系统精度高，图像清晰，分辨率高，其适应症包括：发现有乳房肿块或结节者；排除了垂体病变的乳头溢液者；乳腺癌高危人群和 40 岁以上女性的普

查，一般 40 岁以上每 2 年检查 1 次，50 岁以上每 1 年检查 1 次。

乳腺癌高危人群包括：一侧乳腺癌手术后随访对侧乳腺者；有母亲乳腺癌家族史者；曾做过乳腺活检者；月经初潮在 13 岁以前，第一胎足月分娩在 30 岁以上者；有慢性乳腺纤维囊性病者；乳房大，扪诊检查有困难者；有乳房缩小或增大现象者；有乳房肿块者；乳头溢液者；发现有腋

下或锁骨上淋巴结肿大或其他转移性腺癌者；高年未婚或已婚未育者；长期口服或注射雌激素药物者；属于 Wolfe 分型的 P2 型及 Dy 型者。

禁忌症包括：怀孕为相对禁忌症，孕妇如须作乳腺钼靶 X 线摄影时，应以铅裙遮蔽腹部。近年来，我国的乳腺癌发病已呈现出扩大化、低龄化、城市化及就诊时间晚的趋势，发病率明显上升。乳腺癌是依靠目前的

技术能早期发现、早期诊断、早期治疗的肿瘤之一，也是世界卫生组织确认有明确普查效果的两种恶性肿瘤之一。早诊早治更是提高乳腺癌治愈率、降低死亡率的关键。乳腺钼靶成像清晰、特征突出、敏感度高，已成为当今公认的早期诊断乳腺癌的最有效手段，应定期用乳腺钼靶拍片进行普查，以尽早发现早期患者尤其是无症状的早期患者。（陈霞）

凭本报来院进行乳腺钼靶检查者可优惠 30%