责任编辑:李伟民 版式设计:张梅英 电话:0571-28978941 E-mail:klrsbwm@vip.163.com

甲状腺肿瘤为何发起病来进展很快?

一级亲属中有人患有甲状腺癌,本人的相关风险增加8~10倍

日前,国家癌症中心发布了2003~2015年间26种不同癌症类型的5年相对生存率。从中不难发现,不同癌症类型的5年相对生存率差异很大,但甲状腺癌的数据变化很明显。

“甲状腺癌5年生存率从2003~2005年的67.5%增长到2012~2015年的84.3%,这与我国甲状腺癌早诊早治能力、治疗水平提高有着密不可分的联系。”

浙江省肿瘤医院副院长、我国头颈肿瘤专家葛明华教授说,“从浙江省数据来看,甲状腺癌患者的5年生存率为92%,比全国平均水平要高8%,这和浙江省对肿瘤防治工作重视、医疗保障水平提升,以及浙江诊治甲状腺癌的水平比较高有关。虽然浙江明显高于全国的平均水平,但是美国这个数据在98%以上。相比美国等西方国家,我们还有很大的进步空间。”

说到甲状腺癌,普遍认为它是“懒癌”,发展比较缓慢。体检发现甲状腺结节后,很多人过度紧张,有些人则漠不关心,到底应该如何正确对待甲状腺结节呢?

“大部分结节是良性的,即使是甲状腺癌,大多数预后也非常好。”葛明华介绍,甲状腺癌分很多种类型,其中绝大多数是甲状腺乳头状癌,约占甲状腺癌的90%,其他还有滤泡癌、髓样癌、低分化癌、未分化癌等等。

其实,除了甲状腺乳头状癌,其他几种类型的甲状腺癌预后并不好,尤其是甲状腺未分化癌,虽只占1%左右,却是人类最致命的恶性肿瘤之一,平均生存时间只有3~7个月。即使是普遍预后较好的甲状腺乳头状癌中,也存在15%~20%患者出现复发、转移,而这些高风险甲状腺乳头状癌患者临床表现非常隐匿。

葛明华谈到他的一个老病人,宁波人张大伯。5年前,他被诊断为甲状腺乳头状癌,肿块1.3厘米,没有其他地方转移,当时做了手术非常顺利。很多甲状腺乳头状癌,手术切了就算痊愈了。但前些天他摸到脖子上有一个乒乓球大小的包块,到医院检查考虑是甲状腺癌复发,淋巴结转移,穿刺结果是“转移性低分化癌(甲状腺来源)”。也就是说张大伯从5年前恶性程度相对比较低的乳头状癌,转化成了恶性程度较高的低分化癌。

据了解,甲状腺癌尤其好发于中青年女性,从2013年起,杭州市甲状腺癌跃居女性发病首位,已成为增长速度最快的恶性肿瘤,连续五年高居女性发病率第一。甲状腺癌“重女轻男”,且多发生于女性的生育年龄,虽然发病机制尚不明确,但随之摆在医患面前的治疗选择却显得纠结。

葛明华对有个病人印象深刻:小丹体检时发现有个1厘米大小的甲状腺结节,最后确诊为甲状腺癌。好不容易怀孕的她,觉得甲状腺癌风险不大,最终决定等到产后再手术。然而不幸的是,小丹的肿瘤在孕期迅速增大,等她产下宝宝去检查,发现癌症已转移至双侧肺部,错失了最佳治疗时间。

对此葛明华建议,“尽管尚没有足够的证据证明怀孕可促进甲状腺癌的快速进展,但临床上确实碰到一些类似患者进展很快,所以如果明确为甲状腺癌,怀孕之前还是积极干预、治疗比较妥当,如果怀孕之后发现,要及时与甲状腺专科医生沟通,密切监测疾病的进展情况,一旦发现苗头不对,还是建议果断治疗。”

目前,甲状腺癌唯一确定的外源致病因素是“电离辐射”,甲状腺良性结节或腺瘤、遗传和肥胖等是甲状腺癌高度可能的风险因素。

葛明华提醒,甲状腺癌患者增多,除了前述提到的外因,内因也同样不可忽视。所谓内因,就是指“遗传性”和“易感性”。

甲状腺癌是一种遗传易感性高于乳腺癌、结肠癌和前列腺癌的癌症,一级亲属(父母、子女和同父母的兄弟姐妹)中有人患有甲状腺癌,本人的相关风险增加8~10倍。

研究发现,25%的髓样癌病人有家族史,甲状腺乳头状癌也有5%的家族易感性。因此,建议有家族史的人群定期进行筛查。由于甲状腺癌在早期没有明显症状,如果颈部出现无痛肿块,并在短期内迅速增大,同时出现声音嘶哑、吞咽障碍、呼吸困难等症状,就可能是癌变,应尽早到医院诊治。

此外,最近两年有一些专门针对甲状腺癌的研究,已发现了几个易感基因与甲状腺癌发病有关。随着研究的进一步深入,未来有望为公众提供患病的危险预警。

王真 王屹峰 郑传铭 曹君

小儿外治调体质

“医生,娃儿经常感冒,胃口也不好,身体瘦小。怎么办?”2岁的毛毛隔三差五生病得去医院,这可急坏了家人。通过中医生两周中医外治——拔火罐、捏脊推拿后,感冒少了,胃口也好了许多,体重有所增加,这让家人有了信心。

暑期里,浙江省中医院儿科和小儿推拿科通过中药经穴敷贴、经穴推拿、拔罐、耳穴压籽、刺络放血疗、中药熏蒸、脐疗等多种传统中医外治疗法,治疗小儿反复咳喘、厌食、腹泻、生长发育不良等疾病。这种不打针不吃药的方法,孩子乐于接受,也颇受家长们的欢迎。

图为一名2.5周岁的患儿正在接受中医外治来调理体质。

于伟

骨质疏松需提前预防

在很多人的印象中,骨质疏松是专属于女人的疾病,尤其是更年期女性。事实上,骨质疏松并非女人的“专利”,与女人相比,高大粗壮的男人随着年龄的增长,骨头也会变得脆弱,很多男性也深受骨质疏松之害。值得一提的是,骨质疏松被称为“静寂的杀手”,早期患者常常没有任何感觉,而到病变累积到一定程度才被察觉,到这时,常常为时已晚,因此,预防骨质疏松,一定要从早、从日常生活做起。

郑州大学第二附属医院骨科主任陈清汉教授介绍,男性通常是从40岁后开始出现骨量丢失和骨密度下降,如果在这之后的10年内未能给予重视和预防,那么自50岁后,骨量丢失更为明显,极容易引起老年骨质疏松症的发生。骨质疏松患者严重时患者咳嗽、打喷嚏都会发生骨折,最可怕的是在发生骨折后才知道罹患骨质疏松,此时不但给患者带来生理及精神损失,严重者甚可致残或致死。

陈清汉介绍,对于骨质疏松症高危人群而言,密切关注、提前预防尤为重要。一般说来,老龄、早绝经及母系家族史这些常是不可控制的因素,而过低的体重、长期或目前正在应用糖皮质激素、性腺机能减退、大量吸烟、酗酒、大量饮用咖啡及碳酸饮料、光照及钙摄入不足、有影响骨代谢的疾病以及应用影响骨代谢的药物者,都是骨质疏松的高危人群。同样,一些罹患特殊疾病的人群也需要警惕骨质疏松的到来,比如内分泌疾病,像常见的甲亢、库欣综合征、甲旁亢等;风湿性疾病包括类风湿性关节炎、系统性红斑狼疮;慢性肝肾功能不全及胃肠道疾病;一些特殊药物的应用诸如糖皮质激素、肝素以及长期卧床也极易导致骨量丢失,继而发生骨质疏松。

多运动,多吃富含钙、低盐、维生素和蛋白质的食物是最基础的保持骨骼健康的措施。此外,每日补充钙剂和维生素D至关重要。目前,市面上钙制剂种类繁多,专家建议应该选择同时含有维生素D、合成的高浓度碳酸钙制剂,从日常生活入手,将骨质疏松症拒之门外。

彭永强

智慧大江东,魅力生态城

作为国家高新区和杭州国家自主创新示范区核心区的大江东,围绕汽车及零部件、新能源新材料、轨道交通、机器人及自动化、临空产业、生命健康、航空航天7大产业园建设,正在成为浙江先进标准创制的引领辐射区、经济转型升级的主战场、先进智能制造的新高地。

欢迎您来大江东投资、创业、生活!

联系方式:杭州大江东产业集聚区科技局 0571-82987316、82987403

类风湿关节炎患者更需锻炼

类风湿关节炎是一种以关节慢性炎症和骨质破坏为主要特征的自身免疫病。我国的流行病学调查显示,该病患病率为0.28%,致畸率约为52%,约有1/3的患者因病停止工作,是临床上主要的致残性疾病之一。

类风湿关节炎多发于中年女性。绝大多数类风湿关节炎都是进展性的。除了造成患者关节疼痛、肿胀、关节畸形、骨质疏松外,还会出现皮肤、肺和血液系统损害。目前,我国约有500万类风湿关节炎患者。

类风湿关节炎是关节里的黄膜发炎,不是细菌感染,因此不会传染。但它的特点是关节炎症状很难自愈,导致关节周围组织破坏,出现关节肿胀、疼痛、僵硬以及活动灵活性受限,如果不合理治疗,可能导致永久性关节畸形,最后致残。

类风湿关节炎的发病与遗传、感染、性激素及环境因素有关。患者大多起病隐秘,最初多累及近端指间关节、掌指关节或腕、膝、足关节等,表现为对称性关节肿痛、晨僵,继续发展则出现关节功能障碍和畸形。此外,病程中还可能出现发热、贫血、皮下结节、眼炎、心包炎、淋巴结肿大等。

类风湿关节炎的早期诊断、早期治疗十分重要。该病治疗的窗口期为3个月,即在发病3个月开始治疗,大多数病情可以得到明显缓解。早期治疗除了应用非甾类抗炎药物之外,还应尽早应用慢作用抗风湿药。这类药的作用就是为了抑制病变中的免疫亢进,控制类风湿关节炎病变的进展,所以,该类药物一定要坚持早期使用、长期使用。

应根据病情联合用药。联合用药是指既要给予非甾体抗炎药等药物缓解关节肿痛及全身症状,又要及时加用缓解病情抗风湿药,以便从根本上使患者的关节病变减缓或停止。多数类风湿关节炎需要同时应用两种或两种以上的缓解病情抗风湿药,才能使病情得到控制。研究证实,联合用药的治疗效果明显优于单一用药,且其药物不良反应发生率也没有明显增加。因此,患者应接受足量、足疗程的缓解病情抗风湿药联合治疗。

治疗方案要个体化。选择疗效好而又无明显不良反应的个体化治疗方案,是控制病情、改善预后的根本所在。对重症或血清中有高滴度自身抗体及多种自身抗体阳性者,应给予二联或三联慢作用抗风湿药;对年轻的患者应避免使用雷公藤;对于经正规慢作用抗风湿药治疗无效等难治性患者,可采取免疫净化等治疗;对关节腔积液者应及时给予穿刺抽液和关节腔内注射治疗。

类风湿关节炎患者应尽可能在患病早期开始功能锻炼,持之以恒,循序渐进。锻炼的目的是缓解疼痛、减少畸形,维持关节功能。锻炼的方式包括进行关节伸展运动,避免肌肉萎缩及关节挛缩。可以进行踢腿、泡温泉、水中行走以锻炼关节功能,但要避免长时间上楼梯、登山等容易加重关节损伤的活动。锻炼的强度,以自己不感过度疲惫为宜。关节疼痛、肿胀明显时应避免过度活动,以免加重关节损伤。

对于类风湿关节炎患者来说,均衡、营养、健康的饮食可以增强抗病能力,谷物、肉类、蔬菜、水果均应适量食用。但是,对于某些患者而言,有的特殊食物可能会加重症状,如海鲜和过于刺激的食物。但是,个体间食物诱发关节炎的可能性差异巨大,最好是根据自己吃这些食物的反应来判断。若同时合并痛风、关节炎或者血尿酸升高,需要进行低嘌呤饮食。

陈适

地理优势:位于大江东青六路与义府大街交叉口,毗邻杭州萧山国际机场,坐拥产业、交通、配套等多项得天独厚的优势。从科创园出发经德胜路到杭州主城区仅30分钟,规划中7号、8号地铁穿境而过,与上海、南京、宁波等城市形成1小时生活圈,是创新创业之地的不二之选。

产业定位:以生产性服务业和生活性服务业为主攻,重点发展新技术、新材料等高端研发、跨境电商、电子商务等产业及税源经济。

优惠政策:入驻该园区的企业可以享受租金减免返还,装修补贴,人才政策以及公司注册代办等多种优惠政策。

联系方式:何乐意 13706501901

创新中国产业园·东新分园

创新中国产业园作为浙江省杭州市下城区未来发展“两轮驱动”的重要组成部分,引领高新技术产业向前推进,我们将着力把“产业园”打造为集信息软件、电子商务、物联网、生物医药、健康服务、新能源、节能环保等高新技术企业,以及科研设计院所、科技创新载体、科技金融等高新服务业企业于一体的现代示范园区。我们诚邀您的加盟。

联系方式:杭州市下城区科学技术局

0571-85820615

园区概况

创新中国产业园东新分园暨智谷创新广场地处下城区善贤路4号,已规划地铁五号线,BRT快速公交换乘中心,交通便利。总面积27368平方米,共地上四层,地下一层。

园区定位

以建设创新型科技园区、大学生创业基地为重点。为产业化企业、大学生创业、初创期的小微科技企业的孵化培育、服务式小型办公室等提供多种办公创业空间。

园区配套

公共服务大厅(含总台服务、洽谈区、小型会议室、大型多功能会议室、休闲吧、咖啡吧等)、内部食堂、健身活动中心、桌球娱乐室、顶楼足球场等。提供企业注册代办(大创免费代办)及财务委托管理,免费参加区组织的创业实训及一对一团队辅导等多种服务。旨在打造服务式创新广场,企业家们的创业俱乐部。

招商热线

钟先生 18105711266 0571-56920112

创新中国产业园·集品科创分园

创新中国产业园·集品科创分园坐拥杭州中央商务区,位于商业发达的和平会展中心东300米,交通便利,距地铁口仅150米。这里是创新创业的集聚地,这里是人才荟萃区,这里是杭州政策高地! 欢迎合作,欢迎加盟,多谢关注,推介有奖。

联系人:沈先生 电话 13958026342

社址:杭州市天目山路97号科贸大楼五楼 邮编:310007 广告热线:0571-87076903 发行热线:0571-28978927 广告经营许可证:浙工商广字01002号 本报常年法律顾问:唐银益高级律师 印刷:浙江日报报业集团印务中心 零售价:2.00元 本报职业道德举报电话:0571-28978936