



受访专家:侯小明
本刊健康专家咨询团成员
肿瘤内科 副主任医师
现任兰大一院东岗院区院长助理兼医务护理部部长、兰大一院肿瘤内科副主任、东岗院区肿瘤内科副主任
2001 年开始从事恶性肿瘤综合治疗、教学及科研工作。目前为中国抗癌协会临床肿瘤专业委员会(CSCO)会员;甘肃省抗癌协会生物细胞免疫抗癌治疗专业委员会秘书;中华慈善总会易瑞沙及凯美纳慈善赠药项目甘肃省注册医师。对生物细胞免疫治疗应用于消化道肿瘤和呼吸道肿瘤有着丰富的临床经验,特别对耐药、复发性肿瘤有着完善治疗体系,疗效达到国际水平。

全国肿瘤防治宣传周系列报道(三) 肺炎、肺癌症状相似 辅助检查必不可少 “烟民”最好每年都做早期肺癌筛查

春天是呼吸道疾病的高发期,而肺炎和肺癌的症状又比较相似。一些患者因为不了解或者大意,把肺癌的初期症状当成肺炎去治疗,以致拖延病情,影响治疗效果。本期记者专访了兰大一院肿瘤内科副主任侯小明,与他一起解读肺癌早诊断与早治疗的重要性。



兰大一院肿瘤义诊小组成员侯小明正在为患者看诊。

早诊断“不幸中的万幸”

45 岁的刘先生最近遇上了一个“不幸中的万幸”。上月单位体检,发现肺部有一个直径 2 厘米大小的结节,懂医的朋友建议他一定要去医院复查。在兰大一院肿瘤内科做完相关检查后,侯主任建议刘先生做胸腔镜手术,手术结果竟是早期肺癌。

“像刘先生这样早期肺癌患者,我上周在义诊中也接诊了两例,都是四五十岁的中年人,并且在前期体检时都发现了肺部有不到 2 厘米大小的结节,早复查中被诊断出癌症。”侯主任告诉记者,在我国肺癌发病率逐年上升,每年新增肺癌病例约 60 万人的环境下,之所以很多人担心肺部的结节,很大程度上是由于肺癌发病率太高。因此,肺部疾病的早诊早治值得引起广大市民的重视。

“烟民”每年需做早期肺癌筛查

“吸烟是肺癌的第一大诱因。”侯主任说,一个人每天吸食十支烟,其患病率是非吸烟人士的十倍。此外,家庭主妇的厨房油烟、还有空气污染中的细微灰尘,都可能引发肺癌。

因此,侯主任建议,年龄在 40 岁以上;或有长期的吸烟史,吸烟指数在 400 支以上(吸烟的年数乘以每日吸烟的支数);或长期工作在密闭和粉尘颗粒较多的环境中的人,以及有肺癌家族史的人,每年至少接受一次低剂量胸部 CT 检查,有助于肺癌的早期发现与诊治。

肺癌早期难辨 辅助检查很重要

因为肺部没有神经分布,肺癌在早期时不痛不痒,很难从症状上被感知,所以就要

通过辅助的检查。胸部 X 光片的识别度相对较低,而除了早期进行的低剂量胸部 CT 检查,侯主任认为目前循环肿瘤细胞(CTC)检测系统是辅助诊断、疗效预测及判断预后的又一最佳选择。

据了解,该检测采用外周血即静脉脉血,实行非侵入性检测,无辐射伤害,灵敏度高(83.3%肺癌中),特异性强(94.9%肺癌中)。较之影像学更快更准确,与普通 CT 相比,CTC 可以诠释更准确的预后信息,指导治疗。该检测不仅发现目标早,为临床提供更为早期精准的肿瘤发生、转移、复发的信息。

肺癌生存率与“三早”成正比

据粗略统计,不能手术的晚期肺癌,5 年生存率仅 2~3%;能够手术切除的中晚期肺癌,5 年生存率大约 20~40%;而早期肺癌,尤其是直径 2 厘米以下的肺癌,5 年存活率可达 90~100%。

如此悬殊的生存率,只能说明一个问题:肺癌的诊治最有效、最关键的是时间。只有“三早”,即早期发现、早期诊断、早期治疗,才能有效改善病人愈后状态,提高生存率。

侯主任提醒到,怀疑或发现肿瘤的患者就诊时,应首先选择正规医院的肿瘤专科进行肿瘤的排除检查,这是有效的时间里防治癌症的科学就医顺序。在发现肿瘤后,应接受正规、规范的治疗,一般而言,首诊医生对患者的治疗起着很大的作用。在治疗方法上,应将目前已有的手术、放疗、化疗与目前唯一有希望完全消灭肿瘤细胞且无副作用的生物免疫治疗进行合理规范的联合应用,这对提高肿瘤疗效有重要意义。

文/图 本报记者 阎韵竹

相关链接

声音嘶哑 小心肺癌晚期

肺癌早、晚期有哪些症状

肺癌早、晚期分别有哪些症状?侯小明称,肺癌早期症状常呈现低热、咳嗽、咯血、胸疼、咳嗽五个主要症状。而晚期的症状多有差异,主要是因为患者的体质不同以及治疗的情况不同。例如声音嘶哑、气促、胸腔积液等症就应注意是否是肺癌晚期。

症状一:疼痛

这是肺癌晚期病人经常出现的症状,这种癌性疼痛主要是来自颈部、支配上肢的感觉和运动的神经纤维。肿瘤一旦侵至区内往往会引起侧上肢的疼痛、乏力。这就是一种常以肩痛为主的肺癌晚期症状。这种疼痛往往需要镇痛剂才能得以缓解。

症状二:声音嘶哑

声音嘶哑是肺癌晚期症状的临床表现。若肿瘤侵袭左侧,控制左侧发音功能的喉返神经,支配发音器官的左侧,一旦喉返神经受到压迫,便会出现声嘶,这并不会出现上呼吸道感染及咽喉疼痛等其它不适症状。

症状三:气促、胸腔积液

这是肺癌晚期症状中的常见表现。有肺癌扩散和转移的患者均会出现不同程度的气促。此外,面、颈部水肿也是肺癌晚期比较常见的症状。

本报记者 阎韵竹

肺癌晚期患者 “饮食三法”

1.肺癌患者要加强营养。肺癌的患者无吞咽困难时,应自在择食,在不影响医治的情况下,多吃一些蛋白质,碳水化合物丰厚的食物,如瘦肉、鸡、鸭、兔、鱼、虾、豆制品以及各种谷类。

2.肺癌病人的饮食,还要注意供给要素饮食。肺癌病人在手术前半个月,除一日三餐外,还要辅加要素饮食。要素饮食富含人体必需的各种养分素,由于养分素完全可满意机体的需求,不需消化即可在小肠上端吸收,可口服或管饲用之。要素饮食可以弥补蛋白质养分外,在满足热量供给时,可促进肌肉蛋白的组成,在热量供给缺乏时,支链氨基酸也能供给更多的热能。

3.肺癌手术后饮食注意。手术后依据病况,来断定饮食,有的病人在手术第二天就可以进食,但要从清流开端,食物要清淡、细致柔软、易消化吸收为主。由于手术伤口,会引起消化系统的功能障碍,所以在食物挑选与进补时,不要急于求成。若胃肠道无不良反应时,再过渡到半流食、普食。在手术后的两周内,除食用清流、半流外,还要弥补要素膳,弥补体内的养分。待能正常进食时,再撤销要素膳。不管手术前后,都要多吃新鲜蔬菜和生果,如绿、黄、红蔬菜、香菇、黑木耳、芦笋、柠檬、红枣等,因果蔬中富含丰厚的维生素 C,是抑癌物质,可以阻断癌细胞的生成。也可经常吃些大蒜,大蒜中富含抗癌物质。

(阎韵竹)

贴心“小棉袄” 为老爸做碗清肺汤

都说女儿是爸爸的小棉袄,如果老爸经常吸烟,肺部功能开始逐步削弱,跑步的喘气声也不正常,而且痰特别多,请先学会做一道清肺汤,而不是告诉他该吃什么药。下面就推荐一些药食同源的清肺食疗。

1.雪耳、莲子、百合、排骨汤

原料:雪耳 75 克,百合 100 克,排骨 500 克。

做法:将上述选料清洗之后加水一起放入煲内煮沸,煲 3 小时。

2.桑百皮、百合、排骨汤

原料:桑百皮 50 克,百合 75 克,排骨 500 克。

做法:将上述选料清洗干净后加水,然后一并放进煲内煮沸,煲一个半小时。

3.润肺银耳羹

原料:银耳 5 克,冰糖 50 克。

做法:将银耳放入盆内,以温水浸泡 30 分钟,待其发透后摘去蒂头、拣去杂质;将银耳撕成片状,放入洁净的锅内,加水适量,以武火煮沸后,再用文火煎熬 1 小时,然后加入冰糖,直至银耳炖烂为止。

本报记者 阎韵竹

常吃“白色食物”可清肺润肺 山药、白萝卜、豆浆等食补各有益处

随着肺癌发病率的逐年增高,人们提高了对其预防方法的关注。中医认为,常吃“白色食物”有清肺润肺的功效,除常见的蜂蜜、雪梨、柚子等清肺佳品,下面为大家详细列举另外一些适合春季养肺的白色食物。

银耳:比雪梨更适合体寒者养肺

银耳有“菌中之冠”的美称。性平,味甘、淡、无毒。既是名贵的营养滋补佳品,又是扶正强壮的补药。同为白色食物,银耳性更温润,比雪梨更适合体寒或肠胃不好的人,同时又有益气清肺的作用。当然,也可与雪梨同炖成银耳雪梨汤。

山药:“黏蛋白”的特殊营养

山药含大量淀粉和蛋白质,还有维生素、脂肪、胆碱等成分,它还含一种多糖蛋白质的混合物“黏蛋白”,对人体具有特殊的保健作用,补脾养胃、补肺益肾。每日来碗山药薏米粥,对男女均有补肺的功能。

白萝卜:其中“芥子油”止咳化痰

白萝卜含葡萄糖、蔗糖、果糖、维生素 C、莱菔甙等。其中的芥子油、淀粉酶和粗纤维,具有促进消化,增强食欲和止咳化痰的作用。例如牛奶炖萝卜汤就是很好的滋补清肺佳品。

豆浆:“麦氨酸”缓解支气管炎

豆浆,营养非常丰富,其中所含的麦氨酸还可防止支气管炎平滑肌痉挛,从而缓解支气管炎,减轻肺的负担。需要注意的是,豆浆一定要在 100℃煮沸后再喝,以防止中毒。不要空腹喝,不要装于保温瓶内,不要一次喝过量,也不要与药物同服。

本报记者 阎韵竹