

■ 打破砂锅

NaHCO₃小苏打“饿死”癌细胞：
被媒体误读的靠谱研究

文·本报记者 李颖

9月24日,一则由新华社发布的医学进展消息《重大突破! 癌细胞竟被中国医生用小苏打“饿死”了》被广泛转载,在癌症高发的今天,这条消息足以引爆朋友圈。人们为其生动形象的标题所吸引,并有所谓“小苏打”具备攻克人类生命之敌能力的强大反差征服,并推演出小苏打就能治癌防癌这样的“养生秘方”。

事实是否果真如此?小苏打究竟如何走进大雅之堂,成为被称为众病之王的癌症的低成本克星?小苏打究竟是癌症治疗中所谓

“饿死”的说法不严谨

这种被媒体称为“小苏打饿死癌细胞”的疗法本名叫做“TILA-TACE疗法(靶向肿瘤内乳酸阴离子和氢离子的动脉插管化疗栓塞术)”,是浙江大学肿瘤研究所胡汛教授和浙二放射介入科晁明教授团队研发所得,用于原发性肝癌的中晚期治疗。

这则研究是客观存在的,并且发表在著名期刊《Cell》上。

“小苏打饿死癌细胞”被多家媒体提上标题,这种说法不科学、不严谨,甚至有误导作用。“在接受科技日报记者采访时,北京大学肿瘤医院消化肿瘤内科专家、主任医师张晓东教授这样指出,“因为静脉注射用的碳酸氢钠和我们吃的小苏打显然是不一样的,这样的标题党对患者、对百姓都极其不负责!”

40例临床实验只是小样本

新研究方法的疗效是很多人都关心的问题。

但我国著名肝胆科专家、中山大学肿瘤防治中心肝胆科主任、中山大学肝癌研究所所长陈敏山教授却表示,从医学的角度上讲,这个研究仅仅是一个小样本的临床研究,离大面积的临床使用还是有很大差距的。

陈敏山认为,这项研究的非随机对照研究例数不多,加起来仅40例。论文主要参考的两篇论文里,一篇发表在病理学杂志,而不是公认的癌症研究杂志;另一篇是一个综述,而不是论著。此外,研究者们并没有公布动

物实验的结果。“这是一个例数较少的早期临床试验,在少数人身上看到了效果,但需要后期做更多大规模的实验。”

张晓东也表示,治疗只针对单灶的小肝癌,新闻报道中说研究中反应率是100%有效,但这并不意味着能适用到所有的肝癌病人治疗中去,目前小肝癌规范治疗还是以手术和射频治疗为首选,各个医院如有临床研究也要通过严格的伦理委员会审批和患者知情同意。

张晓东认为,新的研究方法在原来的基础上做了改进,改进后疗效可能会好,也可能

很多肝癌患者都接触过“介入栓塞”这种治疗,新闻里说的“用小苏打饿死肿瘤”的研究,就是联合“介入栓塞”一起做的。“介入治疗是中晚期肝癌的常规疗法。”张晓东介绍,通俗地讲,该方法是把导管插入一根导管,把药物打入肝脏的病灶中。栓塞剂是可以选用的药物之一,能阻断血液供应,让病灶坏死。

张晓东解释, TILA-TACE是在介入治疗的基础上注射小苏打水,去除癌细胞里面乳酸分解出的氢离子,使癌细胞更多地利用葡萄糖,从而加速癌细胞死亡。并非一般概念上的“饿死”,更不是防止癌症患者吃有营养的东西。“新的治疗方法不是靠碳酸氢钠,主要还是化疗药的作用,是一个综合的治疗。”

不好,这需要大规模、随机分组的临床研究进行验证。“从样本量来看,几十例的样本量大小,在样本选择上可能受到人为因素的干扰,产生偏差。”

另外,研究团队只进行了单中心试验,还没有进行多中心临床试验。多中心临床试验是由多个医院的研究者按同一方案进行的试验,其数据的说服力远高于单中心试验。张晓东指出,从媒体报道来看,研究团队并没有进行随机对照试验。所谓随机对照,就是选择同样符合条件的两组病人并使用同样的方法治疗,唯一的区别在于一组使用了小苏打,另一组没有,然后观察

链接

治疗肝癌有哪些利器

“目前肝癌治疗效果最好的还是手术切除,手术切除后患者五年生存率也不错。”但张晓东也表示,并不是每一个肝癌患者的肿瘤,都是适用手术切除。对于不能用手术切除肿瘤的患者,如中晚期的肝癌患者,目前临床上普遍是用TACE治疗。TACE治疗的次数需要根据每一个病人的病情需要确定。

尽管目前临床上TACE能够单独治好肝癌的例子不多,但可以延长患者的生存期,或者让有些患者的肿瘤缩小,再考虑手术切除,或是联合消融治疗。张晓东强调,肝癌治疗是多学科问题,需要以外科为主导的多个学

调整了酸碱体质就能抗肿瘤吗

针对网传的喝十几块钱的苏打水就能抗肿瘤的说法,张晓东明确予以否认:“喝苏打水和医疗上的小苏打是两种概念。喝苏打水可以中和胃酸,相当于夏天喝汽水,但对于治疗肿瘤,没有任何意义。”

刻意说碱性环境有利于控制肿瘤生长,甚至把食物划分为酸性或碱性,都是极不科学的。

张晓东认为,喝苏打水防癌,目前没有任

其差别。“正如研究团队所说,还需要更严格的、大样本的随机对照临床试验,来鉴定其临床疗效。”

事实上,任何一个新药或一个新的治疗方法需要有严谨、规范的认证过程,想要拿到临床上推广,必须达到III期随机对照临床研究才行,40例的临床研究仅仅是探索研究而已。“其实肝癌治疗在国际上和国内都是有共识和指南的,任何治疗不能超越这个原则。”张晓东如是说。

而且它只对一些特定的癌症有效,不是万能的。部分媒体的报道夸大了它的治疗效果,很不严谨。

科与治疗方法配合,绝不是单一的方法就能轻易治好。即使新的介入治疗手段很有效,也属于姑息性局部治疗方法,而肝癌最难治疗的,还是癌细胞的转移和扩散,这就需要全身整体考虑治疗策略。

既然能治肝癌,那这种方法能不能治胰腺癌?胃癌?肠癌?答案是否定的,目前这项研究只针对肝癌,其他部位的肿瘤并不在研究范围内。而且本身介入栓塞这种治疗方法,也不是适合所有肿瘤的,比如脑部肿瘤,做栓塞就会带来严重的并发症。但如果最终证实这项研究对肝癌确实有效,那么从原理上来说,可能对其他肿瘤有借鉴意义。

何理论和实验依据。“人体内环境pH值正常范围在7.35—7.45之间,通过一般的饮食很难改变身体的酸碱环境。”

需要特别注意的是,苏打水并非人人皆宜。胃酸分泌少者,喝苏打水会加重胃酸缺乏;高血压人群过多饮用,会导致人体钠的摄入量增加,这与治疗高血压的措施相悖;健康人同样不宜长期大量喝,否则容易引起饮食中的钠含量超标。

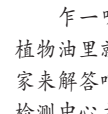
■ 包包·包打听

你了解“植物甾醇”吗?



吃货

你听说过植物甾醇吗?常吃食物中哪些含有植物甾醇?它对我们的身体健康起到什么作用?



崔亚娟



包包

乍一听有点陌生,不过包包想起来,我们常吃的植物油里就含有植物甾醇,其他的专业知识还是请专家来解答吧,这回我们请到的是北京市营养源研究所检测中心主任崔亚娟。

植物甾醇是存在于植物中的一大类化学物质的总称,其化学结构与胆固醇相似,几乎存在于所有的植物性食物中。人体不能合成植物甾醇,只能通过食物来摄取。种子、植物油、蔬菜、水果以及谷物当中的含量都是比较丰富的。其中,经过检测,玉米胚芽油里面植物甾醇含量是相对最高的。植物甾醇对人体健康发挥着重要的作用。首先,植物甾醇降血脂效果显著,主要是通过降低低密度脂蛋白的胆固醇水平来达到降血脂的效果;其次,它可以防治前列腺疾病,比如良性前列腺肥大和前列腺癌;第三,有大量研究证实,植物甾醇是一种类激素,具备类雌激素和类生长素的功能,但与激素不同,它没有副作用;第四,作为一种抗癌物质,它能有效防治结肠癌。其中,降低血液胆固醇和防治前列腺疾病的功能已经引起了广泛关注并在实际中得到应用。

当然,植物甾醇在其他方面还有一些应用,比如可以充当食品添加剂、动物生长剂原料,同时它还是具有补钙功能的维生素D3的生产原料。

本期包包:朱丽

在这里你能找到包包,包包能找到专家,有什么问题,尽管砸过来吧!可以在“科技改变生活”公众号平台直接霸气提问,或者给包包发电邮,“包包”看这里:baobaobaodating@sina.com

■ 给您提个醒

闲置银行卡有隐患,
还不快去注销一下

长期不用的银行卡,常常躺在角落里默默被主人遗忘。但是要提醒您的是,这样的隐患可不少。一方面,根据有关规定,同一客户在同一商业银行开立借记卡原则上不得超过4张,所以手中闲置银行卡数量较多,会给办理新卡添麻烦。另一方面,银行卡的磁条上会存储我们的个人私密信息,若闲置银行卡不慎丢失,可能会造成个人隐私的泄露,给骗子提供可乘之机。

所以提醒您,闲置的银行卡一定要及时注销。具体处理方法如下:
1.注销银行卡,只要持卡人将银行卡和本人身份证拿到与开卡银行相同的银行,申请注销即可。
2.如果银行卡丢失,需要先补办一张银行卡,再进行销户。
3.如涉及信用卡,也可自行拨打信用卡中心的电话进行注销。
4.卡注销了之后银行工作人员会作剪卡处理,剪掉的卡建议分别丢到不同的垃圾桶里。

“十一”出国去玩耍,
准备可要做足啦

世界那么大,估计不少朋友已经计划好趁着“十一”小长假去看看了。不过出国除了准备护照、签证、机票以及详细的攻略,还有一些事情您也要提前做好功课,比如人身保险、防疫、药品和违禁物品等。

1.购买必要保险:国外医药等费用普遍较高,建议您根据自身经济条件,购买人身安全和医疗等方面的必要险种,以防万一。
2.体检和防疫:行前最好进行健康体检,同时根据目的地要求和情况,进行必要的预防接种,并随身携带接种证明。
3.药品和违禁物品:关于药品,出国前应了解有关国家的海关规定,注意所携药品的品种和数量。关于违禁物品,注意目的地海关在食品、动植物制品、外汇等方面入境限制,切勿为陌生人携带行李或物品。

■ 心理话

马甲线,非有不可吗?

文·蒋硕

嘿,你有马甲线吗?

如果你是女性,最近一定遇到过这个话题。打开娱乐新闻,袁姗姗、邓紫棋、张雨绮、Angelababy、王珞丹、周韦彤、徐娇等一众女星纷纷“亮马甲涨人气”;打开朋友圈,不是挥汗液腹的、就是自拍炫腹的。这个叫“马甲线”的东西一夜走红,成了新的审美标准,也成了健身机构的广告热点。你跟上了这一波热潮,还是用“我有一块腹肌”“我有棉马甲”来自嘲?

每种流行背后,都有着秘密的心理语言。人们为什么爱上马甲线?它是积极的暗示,还是另一种限制?不如一起试着探寻。

马甲线迷恋从何而起

看看上世纪末到“零零年代”的女星照片:女神级的林青霞、巩俐,以性感闻名的舒淇、徐若瑄,青春率性的张柏芝,以及众多日本女星(包括著名的“老师”们),她们的腹部看起来都丰润柔软,一片“坦白”。再往前,东方人的眼光可以包容“环肥燕瘦”,但一律要求“柔若无骨”,罕有对“腹肌”的记载,更没有马甲线的概念。马甲线、人鱼线、A4腰,以及据说级别更高的Ab Crack(腹沟),不过是近三四年才出现的热词。

它们出现的背景,或许与全民健身的普及有关,而同期出现的另一些热词,是“女汉子”“某某媛”。以及,女权力量浮现(包括引起的争议)、对传统婚姻与家庭关系的吐槽、批判直男癌、追捧小鲜肉、看美剧、对同性性关系态度逐步开放……也都集中在这一时期。把这些放在一起,你想到了什么?

马甲线潮流背后,是双
性化趋势与全人状态外显

人类对自己身体的改造,是基于内在的发展驱动而进行的。人们对马甲线的迷恋,表面上是亚洲型体态向欧美型体态改造的愿望,本质上,则可以视为双性化趋势与全人状态的外显。

双性化(Gender role androgyny)不同于我们常说的中性化,是指个体兼具男女两性思维与行为特质(中性化则是特征相对模糊)。美国心理学家桑德拉·贝姆提出“一个更协调的人,可以有效融合男性化和女性化的两种行为,这样的人会比那些表现出极度男性化或女性化的人更加快乐,调适能力也更强”,这种状态恰恰接近人本主义心理学家眼中的自我实现和全人状态(Whole-person),即个体发展的最高境界。如果说,性别

气质的二元对立是农业社会与早期工业社会建构的产物,那么双性化趋势和向全人状态发展的过程,就是社会向高科技后现代进步的过程。

从这一角度看,马甲线的流行隐含着某种力量。因为两性特质的整合对女性而言,意味着在保持敏感、细腻、坚韧、注重关系平衡的同时,变得更果断、有力、独立和敢于面对冲突。这些新的特质不仅贯彻于思维与行为,也在身体形态、气质装扮中得到表达,并影响社会的主流审美。女性追求肌肉分明、更具力量、更灵活协调的身体,意味着更主动地觉察自我、更乐于发掘自身潜能、更自信地迎接改变,这将有助于两性模式与社会格局在潜移默化中进步,对长期处于男权模式下的亚洲社会,尤其具有积极意义。

避免偏执盲从,实现
独特而复杂的个体之美

当然,我们不能简单、僵化地把马甲线与“人类进步”对应,也不能将之视为绝对的美。因为个体是独特而复杂的,无论时代标准如何变迁,我们始终要以自我认同、自我实现为核心目标,这比潮流、性别印象、他人评价都更重要。我们一旦将马甲线或任何一种



事物,奉为单一、狭隘的标准而狂热追逐,就会陷入偏执,乃至出现心理问题,限制人格发展。而我们一旦放弃自我思考,盲从潮流,也就站在了“独立”“自信”的反面,这不正与趋势的走向相悖吗?

另外,我们也不能忽略男女本身存在的生物性区别。健身专业人士指出,女性需要将体脂率控制在18%以内,才可能拥有清晰马甲线,而医学数据显示,女性体脂率低于14%—17%,就会出现月经紊乱。所以,任何健身活动和身体塑造,都必须因人而异,无论有没有马甲线,都要坚持“健康第一”。而在对自己、对关系、对性别形象与社会角色的发现与思考中,塑造一个独特个体的过程,无论有没有马甲线,都是值得享受的。

(作者系国家二级心理咨询师)



扫一扫
欢迎关注
科技改变生活
微信公众号

