

卵巢癌年发病率居女性生殖系统肿瘤第三位

识别早期症状 揪出“沉默杀手”

◎本报记者 陈曦

近日,浙江一对母女双双确诊卵巢癌晚期的话题冲上热搜,引发网友热议。在我国,卵巢癌年发病率位于宫颈癌和子宫内膜癌之后,居女性生殖系统肿瘤第三位。由于卵巢癌的恶性程度高,早期症状不明显,不易发现,且预后差,因此它又被称作“沉默杀手”。

天津人民医院肿瘤诊治中心主任王华庆教授表示,对于恶性肿瘤,预防大于治疗,随着卵巢癌筛查技术的不断进步,定期筛查、积极预防和保持良好的生活习惯是远离肿瘤最好的方式。

防治卵巢癌“两难一易”

卵巢癌是指生长在卵巢上的恶性肿瘤。卵巢癌主要分为上皮细胞癌、生殖细胞肿瘤以及性索间质肿瘤三大类,其中95%的卵巢癌为卵巢上皮细胞癌。

“卵巢癌的发病特点是‘两难一易’,即难发现、难治疗、易复发。”王华庆介绍,这种发病特点也导致绝大多数患者在确诊时已是晚期,70%卵巢癌患者初始治疗后三年内会复发,五年生存率为40%左右,病死率位于女性生殖道恶性肿瘤之首。

根据国家癌症中心2022年发布的肿瘤数据,我国卵巢癌已经取代宫颈癌,成为我国妇科癌症造成患者死亡的第二大死因。

“之所以难以在早期发现卵巢癌的蛛丝马迹,主要有三方面原因。”天津医科大学第二医院妇科主任医师郭素杰介绍,首先目前缺乏有效的特异性筛查手段,临床上也不支持对一般人群进行常规的卵巢癌筛查。其次卵巢癌的早期症状并不那么明显,容易与其他疾病症状混淆。如胃肠道不适,很多患者就医往往是因为腹胀、胃纳不佳、饮食减少或明显消瘦。这些症状与一般消化系统症状和胃肠功能紊乱很相近,因此非常容易被忽视。另外卵巢癌早期患者多数没有疼痛或不适感,极少数患者是因为肿瘤蒂扭转或破裂出现腹痛就医而被意外发现。

“但及早发现卵巢癌也并非没有可能,每年定期做妇科检查和盆腔超声检查或CT就可能及时发现卵巢肿瘤。另外目前虽然卵巢癌尚无早期特异性的肿瘤标记物,但我们可以做一些灵敏度较高且有一定相关性的标记物检查,比如CA125、CA199、CEA、AFP、HE4等。”郭素杰介绍,一旦出现腹胀、腹部包块、腹腔积液等消化系统不适症状,都要及时就医。

郭素杰强调,女性尤其要关注以下四种症状。首先是腹痛。一方面,随着肿瘤的生长,其有可能压迫或侵犯到周围的组织和器官,患者会有腹痛的感觉。另一方面,当肿瘤蒂扭转或破裂时也会出现腹痛。“需要注意,腹痛并不一定是卵巢癌引起的,也可能是由其他疾病引起的。但如果出现持续性腹痛或频繁、严重的腹痛,应及时就医进行进一步检查。”郭素杰说。

其次是压迫症状。肿瘤增长向前会压迫或侵袭到膀胱出现尿频、尿急甚至血尿或排尿困难。当压迫或侵犯胃肠道时可能出现消化不良,会引起恶心、呕吐、食欲不振等,甚至会出现肠梗阻。

再次是不规则阴道流血。“有些卵巢肿瘤具有内分泌



功能,其分泌雌激素,常合并子宫内膜增生,甚至子宫内膜癌。”郭素杰强调。

最后是体重下降。随着卵巢癌病情加重,患者消化系统功能会受到影响,出现食欲减少、消化不良等情况,而且癌症也会消耗人体的营养,使人日益消瘦、贫血甚至发生恶病质。

不断升级诊断“武器”

及早发现卵巢癌,除了需要女性提高健康意识外,具有特异性的筛查工具必不可少。

“卵巢癌筛查策略基于肿瘤生物标志物(CA125)结合经阴道超声。”王华庆表示,不过CA125和经阴道超声对卵巢癌,尤其是对侵袭性更强的肿瘤亚型的敏感性和特异性均有限。

《卵巢癌诊疗指南(2022年版)》(以下简称新版指南)在筛查方法方面,强调了基因检测尤其是BRCA检测的重要性。

“流行病学统计结果表明,普通妇女一生中患卵巢癌的风险仅为1%左右。而卵巢癌具有一定的遗传性和家族聚集特征,目前已知与卵巢癌相关的遗传易感基因约有20个,其中以乳腺癌易感基因BRCA影响最为显著。”王华庆介绍,BRCA1和BRCA2胚系突变携带者在一生之中发生卵巢癌的累积风险分别达54%和23%,是卵巢癌的高危人群。

新版指南提出,对于BRCA1和BRCA2胚系突变携带者,推荐从30—35岁起,开始定期进行盆腔检查、血CA125和经阴道超声的联合筛查。

新版指南还强调,卵巢癌遗传易感基因对预测预后以及指导靶向治疗有重要意义,其他卵巢恶性肿瘤高危人群(林奇综合征、利-弗劳梅尼综合征)推荐靶点由原来的MLH1、MSH2、MSH6、PMS2、TP53更改为ATM、

RAD51C、RAD51D、MLH1、MSH2、MSH6、PMS2、EP-CAM、STK11等,对于家族史比较明显但无法判断属于哪种遗传性综合征的情况,可考虑与遗传相关的多基因检测。

“检测靶点的更新与近年来检测技术的日益进步以及样本数据量扩大有一定关系。”王华庆认为,未来随着人们对更多基因靶点的全面、深入认识,基因检测一定能发挥更大的指导作用。

高危人群要进行定期筛查

卵巢癌高危人群定期筛查,是目前及早发现卵巢癌非常有效的手段。

年龄和卵巢癌发病率具有一定关联:年龄越大,患卵巢癌的风险就越高,大多数卵巢癌发生在女性更年期后,50岁以上的女性是卵巢癌的高发人群。

在遗传因素方面,卵巢癌与家族基因存在一定的联系,有卵巢癌家族史的人群更容易患病。

在简化生育史方面,未怀孕未生育的女性患卵巢癌的风险较高。

在卵巢癌与乳腺癌关联方面,乳腺癌和卵巢癌都是比较严重的肿瘤疾病,二者存在一定联系,乳腺癌患者患卵巢癌的风险稍高。

在个人生活方式方面,肥胖、吸烟和不健康饮食习惯与卵巢癌风险增加有关。

除了筛查以外,对于BRCA1和BRCA2基因突变携带者,可选择在生育后,达到一定年龄,接受预防性双侧卵巢以及输卵管的切除手术,防止卵巢癌的发生。

王华庆建议,在日常生活中,女性要知道自己的家族病史,了解卵巢癌风险,增加对卵巢癌的认知度。一定要定期进行妇科体检,对于临床检查异常的高危人群更要增加体检频率,早发现、早治疗。

医线传真

女性衰老“时钟”有望被拨慢

◎本报记者 张佳星

近日,《细胞》旗下《医学》(Med)杂志在线发表了我国学者关于女性衰老规律、变化表现等的最新研究,首次系统揭示了中国女性衰老过程中激素水平、免疫能力等方面的生物学标志物。

“研究中,我们发现接受激素替代疗法的个体的多个衰老指标发生‘年轻化’,衰老的‘时钟’一定程度上被拨慢了。”论文共同通讯作者、中国科学院北京基因组研究所研究员张维缙告诉科技日报记者,该研究建立了中国女性的多层次复合时钟,如面部时钟、激素时钟、免疫时钟等,通过时钟进行多个维度的衰老评估具有更高的预测准确性。

据介绍,中国科学院动物研究所、中国科学院北京基因组研究所、衢州市人民医院联合研究团队建立了涵盖20—66岁中国女性的自然人群队列,要求志愿者长期在本地居住、无重大疾病、规范饮食和作息等,以降低自然衰老以外的因素对研究带来的影响。锁定研究队列后,研究人员通过研究受试者的表型组、(单细胞)转录组、蛋白组、代谢组和微生物组等,结合人工智能等分析方法,系统探究了中国女性衰老的多维标志特征。衰老组学数据的整合精准地揭示出衰老的“本质”,即炎症激活、激素调节紊乱以及多组织功能退化。

“例如,血液中幼稚态T细胞的减少和毒性T细胞增加这两个表现是免疫细胞衰老的主要特征。”论文共同通讯作者、中国科学院动物研究所研究员刘光慧介绍,此外,炎症相关蛋白上调与年龄高度正相关,血浆中脂质的积累和类固醇激素相关代谢物减少也是衰老的重要特征。

研究获得的衰老“时钟”清晰指向了30岁和50岁这两个关键时间点:30岁左右的衰老主要表现为代谢水平的脂质累积和类固醇分子减少;50岁左右表现为器官、细胞和分子等方面的剧烈变化。

“这两个时间点上都出现了明显的衰老相关指标的变化。”张维缙解释,“我们认为这两个时间点与生育和更年期十分吻合,这期间女性内分泌水平发生较大波动,提示激素的改变是女性衰老的关键影响因素。”

衰老“时钟”能不能成为评价延缓衰老的手段呢?研究人员将接受过长期激素替代疗法的志愿者和同年龄段未接受过治疗的人群进行观察比较,发现前者的多个衰老相关参数,如炎症蛋白、肝损伤标志物等都朝着年轻状态改善,她们的激素时钟、免疫时钟、代谢时钟等的速率也表现出不同程度的延缓趋势。研究还发现补充随年龄下调的血浆代谢物(如豆蔻酸、戊酸等)能够显著延缓动脉内皮细胞衰老,改善内皮细胞的功能,这提示了这些代谢物具有干预人类血管衰老的潜力。

“懒癌”有增势,防治不能懒

◎本报记者 张晔

在短视频平台红极一时的歌手冯提莫,销声匿迹许久。7月24日晚她突然自曝,自己患甲状腺癌,手术后已恢复。相关话题也冲上了微博热搜。近年来,我国甲状腺癌发病率呈上升趋势,2022年国家癌症中心发布的数据显示,甲状腺癌已经成为我国发病率第七位的常见恶性肿瘤。

那么,甲状腺癌为何发病率持续上升?压力和焦虑与甲状腺癌究竟有没有关联?检查出甲状腺癌后应该如何应对?带着这些问题,科技日报记者采访了南京医科大学第一附属医院(江苏省人民医院)普通外科主任医师陆辉。

甲状腺是一个内分泌器官,担负着调节人体新陈代谢、生长发育等功能,可以说是一个非常非常重要的器官。根据国家卫健委发布的《甲状腺癌诊疗指南(2022年版)》,甲状腺癌是一种起源于甲状腺滤泡上皮或滤泡旁上皮细胞的恶性肿瘤,也是头颈部最为常见的恶性肿瘤。

值得庆幸的是,大部分的甲状腺癌是分化型甲状腺癌,即甲状腺乳头状癌,约占甲状腺癌门诊病例的90%,它生长相对缓慢,严重并发症较少。还有一种甲状腺癌就比较凶险了,那就是未分化型甲状腺癌,它的恶性程度非常高,杀伤力强,从确诊到死亡,平均只有3—6个月。

近年来,全球范围内甲状腺癌的发病率增长迅速。对此,陆辉表示,甲状腺癌的致病因素很多,包括过量辐射、不良饮食习惯、焦虑情绪、遗传基因等。

“近几年甲状腺癌发病率升高,还有一个重要因素是医学影像设备的进步。”陆辉介绍,近10年来超声检查精度大幅提高,最小能看清楚3—4毫米的甲状腺结节,使得原来检测不出来的甲状腺癌现在能被检测出来。

也就是说,越来越多的甲状腺癌可能并不是“新发生”,而是“新发现”。这种情况也并非只在中国出现,几乎所有的发达国家都有过类似的情况。

冯提莫在社交平台撰文表示,一定不要精神内耗,不要往心里积压负能量,多跟家人朋友沟通交流……

那么,压力和焦虑会引起甲状腺癌吗?

对此,陆辉表示,不论什么癌症,都与肌体健康密切相关,其中也包括心理健康,过度的焦虑情绪可能会诱发癌症。

陆辉说,一个人长期处于压抑、焦虑的状态,虽不会直接影响甲状腺,但可能会扰乱神经、内分泌系统,造成内分泌或免疫功能失调,影响免疫系统正常运作,从而不能及时发现并清除肿瘤细胞。

而甲状腺作为负责人体新陈代谢的器官,在内分泌系统失调后,发生肿瘤的概率也会相应增加。

此外,甲状腺癌女性患者与男性患者的比例约为3:1,女性患病率高一方面与女性垂体功能紊乱有关,另一方面与女性内分泌紊乱有关。

因此,冯提莫建议大家尤其是女性不要过度精神内耗。甲状腺癌通常被称为“懒癌”。大多数微小甲状腺癌(直径小于1厘米)发展较为缓慢,甚至部分低危的患者可以定期观察而不做手术。如果在定期复查中,发现甲状腺结节在短时间内迅速增大或者在结节大小不变的情况下出现可疑的淋巴结转移,说明病灶仍在进展,则应及时予以外科治疗。

“甲状腺癌手术虽然不大,但是在外科手术中被列为4级,属于难度较高的手术。”陆辉表示,甲状腺紧靠着喉返神经和声带,切除手术不可避免地会伤害到神经和声带,从而对术后发声造成影响,多数人都可在三个月到半年后恢复部分发音功能。

本版图片由视觉中国提供

以先进技术预警气象变化带来的健康风险

◎本报记者 陈曦

天津市健康气象交叉创新中心联合天津市气象台,于6月21日在全国首次发布高温中暑气象风险预警,并给予防护建议。以天津医科大学第二医院数据为例,预警之前,随着天津气温逐渐升高,神经内科卒中急诊和住院人数呈上升趋势,发布预警之后急诊和住院人数呈下降趋势。”在7月28日—29日召开的第三届医学气象环境交叉创新大会上,大会执行主席、天津市健康气象交叉创新中心主任、天津医科大学第二医院副院长李新对科技日报记者说。

医学气象环境交叉创新通过应用大数据、人工智能等先进的技术手段,对大

量的气象、环境和医疗临床数据进行深入分析,构建精准的预警和预测模型,提高气象和健康预警的准确性和及时性,将理论转化、落地,为群众提供更加精准的健康服务。

一些疾病与气象变化息息相关

气象变化对人群健康的最主要和最直接的影响,是极端气温暴露引起的健康效应。今夏以来,全国多地气温突破历史极值。温度的升高会导致人的体温调节、水盐代谢、消化和循环系统发生变化,而这些变化又会引起人体内许多代谢物质的改变。

“当人体暴露于高温环境时,需要通过

出汗来增加热量扩散,这可能导致血液黏稠度增加,同时皮肤血管扩张,会造成大脑血流减少,尤其是有高血压、糖尿病、高血脂症等卒中高危因素的人群容易发生卒中。”世界华人心血管医师协会会长、北京大学第一医院心脏病学专家霍勇教授介绍。

此外,夜间高温往往容易被忽略。尤其是老年人不舍得使用空调、电扇,可能带来健康问题。夜间高温会阻止人体从白天的高温暴露中恢复,且影响睡眠,导致血压增高、心脏负担加重,从而增加中暑、卒中、心肌梗死等疾病发病和死亡的风险。

“我们团队从2008年开始,持续10余年开展大数据高血压门诊处方与季节及气温分布的研究,发现季节、气温变化时高血压患者容易出现血压波动,可能是导致卒中发病风险增加的原因。”天津医科大学第二医院老年病学、心血管病学专家王林教授介绍。

调查研究发现,低温和气温的剧烈变化可能为缺血性脑卒中的危险因素。当冬季气温下降超过2.3℃、夏季气温上升超过2.1℃时,缺血性脑卒中发病增加,日平均气温低于2.8℃时其预后不良。

AI助力气象健康风险精准预测

“‘医学气象环境’是一个多学科交叉的研究领域,通过收集各类气象敏感性疾病、气象及大气环境等数据,运用流行病学和大数据分析,研究天气变化、疾病发病和死亡之间的关系,构建气象风险预测模型。”成都信息工程大学环境气象与健康研究院常务副院长、气象学专家王式功教

授表示,通过人工智能等技术的应用,未来的气象健康风险预测精度会越来越准。

天津市健康气象交叉创新中心将气象风险预报技术应用于实践,探索了“气象+健康医疗+服务”新模式,并在2021年11月首次开展了脑卒中气象风险预警业务。

“2021年11月5日寒潮天气发生后,脑中日均住院人数比寒潮前降低了11.9%,发挥出气象预报预警在大健康中的重要价值。”李新介绍,截至目前他们共发布橙色预警3次,黄色预警7次,受众达4000万余人次,预警后日均住院人数降低了5.2%—11.9%。

针对全球变暖、热浪频发的气候变化特点,天津市健康气象交叉创新中心又构建了热浪等极端天气预报模型,2023年6月21日首次发布热浪脑卒中气象橙色预警。截至目前,该中心已发布夏季高温脑卒中气象风险预警3次,其中橙色预警1次,黄色预警2次。

李新表示,未来天津市健康气象交叉创新中心的研究将继续整合气象、环境、人群健康和社会经济数据,建立气象、环境和医学大数据库;围绕气象因素和环境因素交互作用,开展气象因素对脑血管病等慢性病人健康效应研究;通过建立高温、寒潮等极端天气预报模型,结合流行病学调查研究,深入探讨气候变化导致的极端天气事件对脑血管病、高血压等气象相关疾病的影响。同时,天津市健康气象交叉创新中心的研究将以点带面,以卒中为切入点,在取得一些研究成果的基础上,逐渐过渡到对一些与气象、环境有密切关联的疾病,如呼吸系统疾病、代谢系统的疾病、过敏等的预防对策研究。

