

有癌症家族史 当心重复癌

对于浙江舟山 54 岁的李先生来说,近来的这趟就诊,真是悲喜两重天。悲的是,做食管癌手术时,竟然又发现了胃癌,不得不切除一部分食管和全部的胃;喜的是,手术成功了,他肚子里的大肠被用来当食管,小肠被用来当胃,康复出院后又能正常吃饭了。像李先生这样得重复癌的病人,近年来呈上升趋势。

重复癌以消化系统最常见

病理检查显示,李先生的食管癌属于鳞癌,胃癌属于腺癌。也就是说,他的这两种癌症属于两种不同类型的癌症,都是原发癌,相互独立。

浙江大学医学院附属第二医院胸外科主任医师吴明说,像这样同一个人身上发生两个或两个以上相互独立的原发性恶性肿瘤,叫做重复癌。

重复癌多发年龄为 50-70 岁,以消化系统最常见,其中男性以消化系统(如结肠直肠癌)、头颈部肿瘤(如鼻咽癌、咽

癌)、呼吸系统肿瘤(如肺癌)较常见;女性以乳腺癌及生殖系统肿瘤(如子宫内

有癌症家族史的人要特别当心

据了解,李先生的哥哥、爸爸都得过胃癌,一级亲属中(父母子女、兄弟姐妹)有两个人患癌,其中一人发病在 50 岁之前,可以认为有癌症的遗传可能。李先生可能遗传了导致癌症的基因,成为容易生癌的体质。

“而他又不注意饮食,每天抽烟喝酒,经常吃腌制食品,不吃新鲜蔬菜水果。内因是他的遗传基因,外因是不注重饮食,双管齐下,就可能引发癌症。”吴明说。

吴明提醒道,如果您的家族中有人得过消化道癌症,你同样也得了,就要小心其他消化道里面有没有问题。比如,你有了食管癌,也要做个胃镜、肠镜,看看其他消化道有没有癌症。吴明表示,根据国内

外文献资料显示,有癌症家族史的人发生新癌的概率比健康人高 6 至 12 倍。

鉴别重复癌与转移癌意义重大

此外,患者应要注意区分重复癌和转移癌。

哈尔滨医科大学肿瘤医院放疗教研室主任徐向英表示,临床上,重复癌与转移癌都表现为患者体内出现新的病灶,但转移癌本质上来源于原发癌,其病理学性质与原发癌完全相同,而重复癌与原有病灶的性质完全不同,此外两者还可通过影像学检查初步区分。

徐向英说,鉴别重复癌和转移癌具有重要意义,因为两者的治疗效果存在显著差异。转移癌提示原有癌已进展到晚期,一般治疗效果较差;而重复癌经早期诊断以及积极治疗可以获得同第一原发癌一样的根治效果。

综合《青年时报》《快乐老人报》
2014.3.6

春季打好过敏战

春天是过敏高发季节,对于爱过敏的人来说,与雾霾的持久战还没打完,又将跟过敏作战。专家指出,打好过敏战,可给出好几个大招儿。

药:过敏药要换着吃。很多人吃过过敏药认定一种就不换了,对些北京朝阳医院药事部药师于晓佳指出,过敏药最好换着吃。目前市场上过敏药有很多,临床上光抗组胺药就有三代,各种过敏药机理和作用靶点不同。长期只用一种药机体易耐受,时间长了抗过敏效果还不好,并且会导致同种副作用的累积。她建议,当服用既往过敏药疗效不佳时应在医生指导下更换。

另外,很多人会先吃些抗过敏药预

防,于晓佳并不建议这么做。因为季节性过敏症状有很多,如过敏性鼻炎、哮喘、皮肤荨麻疹和过敏性结膜炎等。预防用药可能因不对症而无效,而且许多抗过敏药有致瞌睡、口干、便秘、损害肝脏和中枢神经等副作用,容易引起身体损伤。最好是在过敏出现后再对症使用。

治:过敏性鼻炎和哮喘应一起治过敏性鼻炎和哮喘喜欢凑对,很多人哮喘治不好,就是因为没有考虑到过敏性鼻炎。北京朝阳医院耳鼻咽喉科主任王宁宇解释,过敏性鼻炎患者的鼻内炎性分泌物会流入咽部或吸入气道,容易引发哮喘;另一方面,很多鼻炎患者因为鼻塞被迫用口呼吸,过敏原便长驱直入引发哮喘。

很多医院过敏性鼻炎和哮喘分别由耳鼻喉科和呼吸内科治疗,哮喘久治不愈时应考虑去耳鼻喉科排查一下过敏性鼻炎。

防:脱敏治疗先查过敏原对于过敏性疾病来说,出现过敏再治疗只能控制症状,却不能预防复发。要用掉它就要尝试脱敏治疗,临床上脱敏治疗最常用于难以避免接触过敏原的呼吸道疾病。

北京协和医院变态反应科副主任医师白纯政介绍,做脱敏治疗前首先要确认疾病是否是过敏性疾病,如鼻炎可能是慢性的也有可能是过敏性的,因此脱敏治疗前,必须确认过敏原类型。

《健康时报》2014.3.3 文 / 李雅婷

心电图“不正常”千万别慌

心电图是检查心脏情况的一个重要方法,其应用范围包括以下几个方面:

- (1)了解洋地黄中毒、电解质紊乱等情况。
- (2)分析与鉴别各种心律失常。
- (3)查明冠状动脉循环障碍。
- (4)指示左右房室肥大的情况,协助判别心瓣膜病、高血压病、肺源性及先天性心脏病的诊断。

心电图检查的应用范围还很多,不过诊断心律失常最为精确;在诊断心肌梗死时心电图也能较精确地表明病变的

部位。

心绞痛是由于冠状动脉突然收缩,导致心肌缺血而出现的症状,可是“供血不足”的情况时有变化,所以心绞痛患者可能在心电图上表现为“心肌供血不足”,也可能表现为“正常心电图”。

如果有典型的心绞痛症状,必定“事出有因”。极可能有心脏病的基础,仅做一般心电图检查是不够的,应该再做进一步的检查,包括 24 小时心电图动态观测、心脏超声检查等,一定要弄个水落石出,以便得到及时合理的治疗。

值得注意的是,心电图检查出现“误差”也是常有的。最常见的是心肌肥厚,如果左心肥厚或右心肥厚,心电图上可以表现出来,可是,一个人若兼有左心室、右心室肥厚,由于电位可相互抵消,所以也常会表现出“正常心电图”。

此外,如果一个人虽然心脏有病,而在心跳过快时,也可能出现类似“心肌缺血”的心电图改变。

由此可见,心电图检查“不正常”,不一定表明是心脏有病;反之,也不能否定心脏没病。
39 健康网 2014.2.17

肩痛并非都因肩周炎

哈尔滨医科大学附属第四医院骨科主任医师赵承斌说,门诊中,很多人一有肩痛症状就以为得了肩周炎。其实,很多疾病都会有肩痛的表现,辨明病因,才能正确治疗,不至于贻误病情。

比如,胆囊和右肩等部位的感觉神经有重叠部分,胆囊发炎也会引起右肩及右肩胛下隐痛。如果除肩疼之外,还有反复发作的胃灼热、嗝气、反酸、腹胀、恶心等消化不良



症状,别忘了去医院检查一下胆囊。彩超检查可以确诊,经抗感染、解痉止痛治疗可缓解肩痛。

此外,心肌缺血时疼痛不单单是在心前区,也会放射至左肩等部位。心绞痛常因劳累或兴奋诱发,休息后疼痛可缓解,含硝酸甘油有效。心梗则常在睡眠或安静状态下发病,常伴有面色苍白、大汗淋漓及呼吸困难、心衰等严重表现。有冠心病史者尤应小心。

《当代健康报》2014.02.13

如何矫正姿势性扁平足

对于姿势性扁平足,需尽快找出致病原因,根据不同患者的具体情况选择合适的方法加以矫正,以免加重病情。矫正姿势性扁平足的方法主要有:

1.适当进行足部肌肉的锻炼,平时在家可以多做用足底外缘练习行走及跖屈练功,卧位时进行足趾勾床栏杆练习;双足尖向内且足跟分开。每天晚上坚持用温水泡脚,可以在盆子里放一些小的

鹅卵石,在泡脚的时候用脚趾抓取。

2、如果是由于舟骨畸形引起的扁平足,需将肥大的舟骨结节、副舟骨或骨赘切除,把胫骨后肌腱游离短缩,和小片舟骨向外向下移至舟骨的跖面一起固定在舟骨跖侧面上。如果是由于跟骨骨桥引起的扁平足,则需切断骨桥。

3、走路时最好穿平足矫形鞋或平足鞋垫进行矫正。矫形鞋的要求如下:鞋跟

和鞋腰要窄,鞋帮要紧,鞋跟外侧最好到外踝前缘,内侧要延长到距舟关节,并垫高 3-6mm,这样做是为了使足内翻,矫正跟骨外翻,并将距骨头托起,防止下陷。

姿势性扁平足患者在治疗的同时,应注意对足部的保健,不要长时间的站立或行走,注意及时调整工作姿势,防止过度疲劳。

飞华健康网

1块钱苏打片治尿频的秘诀

关于河南郑州秦瑞娟医生开“4 分钱处方”治好 2 岁孩子皮肤过敏的争议还未平息,2 月 19 日,媒体又报道,江苏盐城市海盐县 74 岁老医生季云天开 1 元钱药方治好 7 岁孩子尿频获点赞。什么药这么便宜呢?

秦瑞娟医生开的药是扑尔敏。扑尔敏虽然便宜,但其副作用也受到质疑。秦瑞娟医生表示,扑尔敏确实有副作用,新生儿和孕妇禁用,老年人、高血压患者慎用,2 岁多的孩子,按照体重计算一定的剂量,是可以服用的。据了解,除了扑尔敏等第一代抗组胺药物,临床上已广泛使用氯雷他定等第二代抗组胺药物治疗儿童过敏性疾病。氯雷他定已经做成适合儿童使用的水果味糖浆,价格在 15-40 元不等。

季云天医生开的药是苏打片,因尿检结果显示患者尿液 PH 值偏酸性,于是他就开了苏打片起中和作用。苏打片用途广泛,还可用于痛风治疗,但应在医生指导下使用。
《城市快报》

晕车药用不对更晕

很多人计划长假出行旅游,为了不让旅途扫兴,有人会提前准备晕车药,但如果吃不对,反而可能更晕。

口服晕车药吸收一般较快,建议在乘车前半小时至 1 小时服药。晕车贴需要经过皮肤吸收,速度较慢,应该至少在上车前 1 小时使用。大部分晕车药都能维持较长时间,如果因为用药太早或太晚,不在药物起效时间,可能上车后还会晕。这时不应再加用药物,因为晕车药常见的不良反应是头晕、头痛、心悸、口干、胃肠道不适,过量用会增大出现这些症状的风险。

需要注意的是,某些晕车贴药效可维持 2~3 天,乘车结束后应及时取下,否则也可能出现不良反应。多数晕车药对儿童神经系统发育有一定影响,最好不要轻易给他们吃,而是通过控制饮食、保持通风、分散注意力等方式预防儿童晕车。青光眼等眼病患者用晕车药后眼压易升高,也应慎用。

如果用晕车药后感觉胃肠不适,不要轻易加药,如下车后仍感到不适,可在医生指导下服用止吐药。

《生命时报》2014.1.31 文 / 陈国明

汤药是不是越浓越好

很多人以为中药煎得越浓效果越好。其实,这样的认识有失偏颇。

辽宁省人民医院药剂科主管中药师吴志说,煎中药饮片是将中药中的有效成分不断释放、溶解的过程。如果有效成分已经溶解释放到药液后,再连续不断地煎煮,反而让药液中的非有效成分(树脂、树胶、色素等大分子化合物)不断溶出,可能使有效成分遭到破坏,导致药效降低。

一般来说,用于治疗热病的清热药和治疗四季外感风寒、风热疾病的解表药煎煮不宜过浓。宜用武火,时间宜短,煮沸时间为 10~20 分钟即可,并趁热服。

用于治疗虚损性疾病的滋补类中药,质地坚实、有效成分不易煎出的药物(矿物类、贝壳类、甲壳类、骨类、化石类药物)以及毒性较大的药物(炙川乌、炙附子等)等应较长时间煎煮,利于有效成分溶出,降低或消除毒性。

总之,中药不是越浓越好。药液熬得浓或稀是根据药性和疾病的不同决定的。
《生命时报》2013.12.12

新型高血压药可力洛上市

高血压新药可力洛日前在国内上市。目前国内常用的降压药为 CCB(钙离子通道阻滞剂)。CCB 降压、扩张血管速度较快,容易引起水肿、头痛、心慌等不良反应。相比之下,可力洛既能有效平稳降压,又能保护心脑血管等器官,减少不良反应,糖尿病、肾病及心血管病患者可长期使用。

《快乐老人报》2014.3.6 文 / 钱卫明