

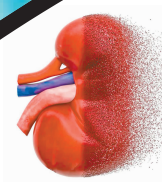


超过80%的早期胃癌没有明显症状;中国每年新增胃癌病例和死亡病例均约占全球的50%;超90%的胃癌患者被确诊时已是中晚期;早期胃癌的确诊率不足10%;胃癌患者综合5年存活率小于30%。这样一组数据,是否让人心生“害怕”?那我们究竟该怎么做,才能尽早发现呢?本栏目分两期来讲讲发现早期胃癌的“金”标准——胃镜检查的相关知识。

发现早期胃癌的“金标准”——胃镜检查

(上)

舒进军 赵锐



泌尿知识角
MI NIAO ZHI SHI JIAO
四川省医学会泌尿外科专委会
四川省泌尿外科医院

相关数据显示,中国胃癌患者的5年生存率不足30%,而日本胃癌患者的5年生存率则高达80%。如此大的生存率差异原因究竟在哪里呢?对照日本的做法,我们不难发现关键因素在于,人们对胃癌早期发现、早期诊断及早期治疗的认识及行动差异上。

日本是全世界第一个提出早期胃癌概念的国家。上世纪90年代,日本通过大范围的胃镜筛查提高了早诊率,为超过40岁的居民每年进行胃癌筛查,并将胃癌筛查纳入国民癌症筛查计划,实现对胃癌的早期发现和早期治疗,从而最终达到了高治愈率和生存率。但是,目前我国早诊早治项目开展尚有局限,个体的胃癌筛查也未得到重视,绝大部分患者诊断时已为进展期胃癌,治愈率及后续生存率都不理想。

“发现即晚期”,难道是因为胃癌发展迅速?其实不然,胃癌的发生是一个多阶段慢性过程,胃部炎症——萎缩——肠化——上皮内瘤变——胃癌,过程往往需要

十几年甚至几十年时间。早期胃癌,基本上没有什么“报警信号”。我们感到不对劲、出现一系列症状时,往往已经耽误了最佳治疗时机,所以我们要在日常生活中养成良好的饮食习惯和定期进行胃癌筛查的习惯。

目前,发现早期胃癌的“金标准”是“胃镜检查”。以往传统的普通胃镜,具有操作方便、无需太多准备、无需家属陪同、价格低等多种优点,但是会造成受检者体感难受。鉴于此,无痛胃镜得到了广泛应用,在没有麻醉禁忌的情况下,无痛胃镜已成为首选。

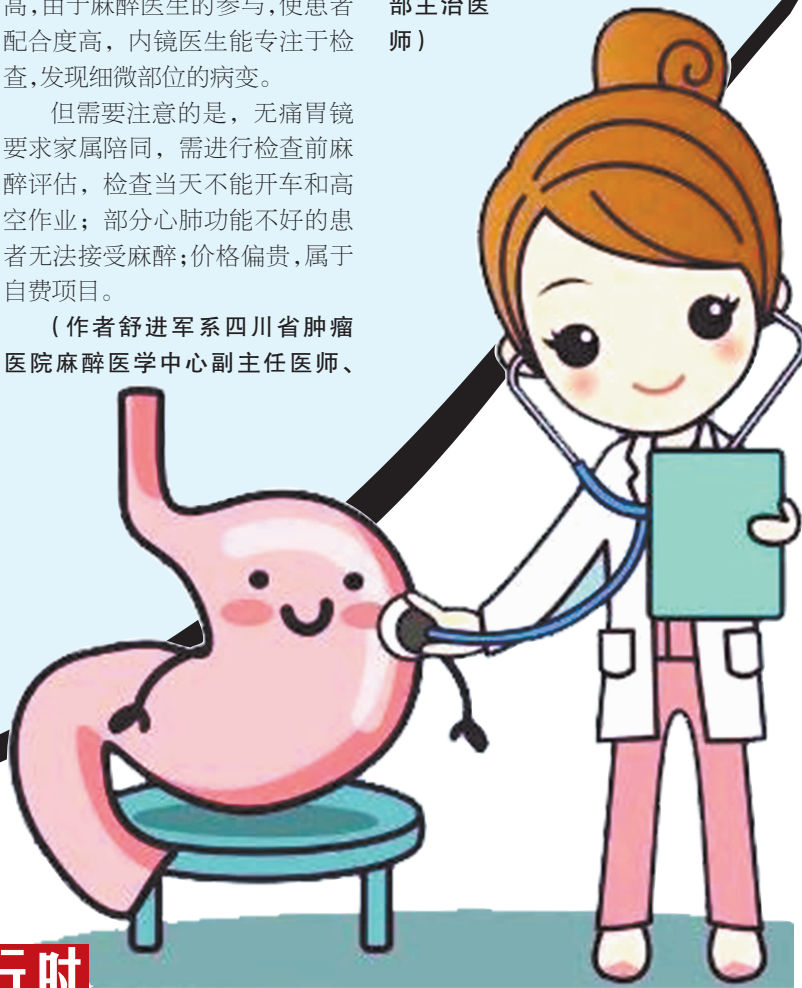
无痛胃镜,是在传统胃镜基础上,使用麻醉药物,让患者在短暂的睡眠状态下安全地进行精细胃肠道肿瘤筛查。其优点是无痛苦,检查时患者处于睡眠状态,无任何不适感;安全性好,检查时患者处于睡眠状态,减少了因疼痛引起的心率加

快、血压升高等并发症;准确性高,由于麻醉医生的参与,使患者配合度高,内镜医生能专注于检查,发现细微部位的病变。

但需要注意的是,无痛胃镜要求家属陪同,需进行检查前麻醉评估,检查当天不能开车和高空作业;部分心肺功能不好的患者无法接受麻醉;价格偏贵,属于自费项目。

(作者舒进军系四川省肿瘤医院麻醉医学中心副主任医师、

赵锐系四川省肿瘤医院内镜诊治部主任主治医师)



科普进行时

KE PU JIN XING SHI

一般情况下,生病住院都会进行相应的身体检查,检查项目中通常会有C-反应蛋白的检验项目,那什么是C-反应蛋白?C-反应蛋白究竟反映些什么?C-反应蛋白检测有哪些注意事项?下面就带你一起认识C-反应蛋白。

C-反应蛋白检验的临床意义

杨林

C-反应蛋白(C-reaction protein, CRP)是指机体在受到感染或组织损伤时,血浆中急剧上升的蛋白质(急性时相蛋白),它是炎症和组织损伤的非特异性标志物。机体发生炎症或组织损伤时,在白介素IL-6、IL-1、肿瘤坏死因子、干扰素等细胞因子的调控作用下,由肝细胞及时生成C-反应蛋白,并且迅速升高(正常水平的100~1000倍),在48小时左右达到最高值,其半衰期只有19个小时。如果经过治疗后CRP值仍然不下降,表明机体损伤还持续存在。

1. 检测方法及正常参考值

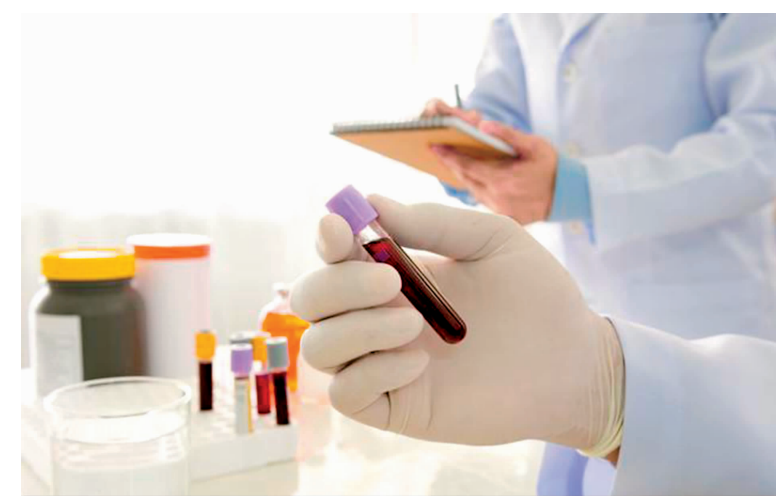
C-反应蛋白的检测方法包括免疫扩散、放射免疫、浊度法、酶标免疫测定法,采用何种检测法,取决于各实验室条件和对灵敏度、特异性的要求,均有实用价值。C-反应蛋白的正常参考值为800~8000 μg/L(免疫扩散或浊度法)。

2. 检测的注意事项

①抽血前一天不吃过于油腻、高蛋白食物;避免大量饮酒,因为血液中的乙醇成分会直接影响检验结果。

②采血前一天晚餐后离检测时间应禁食满12小时。此外,还要提前清洗外阴,以免影响检测结果。

③留尿液时,女性应防止白带



混入尿液中,要先排出一部分尿液后,再留取标本,即留取中段尿。

④留尿后应该立刻送检,避免尿液久置后导致检测结果错误。

3. C-反应蛋白代表的意义

①内科感染性疾病的临床意义

下呼吸道细菌感染时,CRP值明显高于病毒性感染;泌尿系统感染中,膀胱炎患者CRP水平<30~50mg/L,肾盂肾炎患者>10~20mg/L,中值75mg/L,最高值230mg/L;孕妇CRP值怀孕时为6mg/L,分娩时上升到20mg/L,顺产24小时后升到60mg/L,剖宫产48小时平均升到150mg/L,更高水平的CRP值表示感染;CRP值的增高对婴儿感染有更高的特异性和敏感性,连续的

CRP值测定对诊断更有价值:发热患儿如果症状持续大于12小时,CRP值小于20mg/L,临床上不能确诊细菌感染,可以怀疑病毒感染,或在8~12小时之间再测CRP值,可排除或证实细菌感染的可能;败血症、心内膜炎、脑膜炎和骨髓炎患者CRP水平较高,均值150~200mg/L。

②外科疾病和感染的临床意义

发病时间少于12小时的急性阑尾炎患者CRP值可能正常,几小时后第二次检测就可有诊断价值的结果;术后6~8小时CRP值开始增加,2~4天达最高水平;术后感染:术后6天或6天后,CRP值>75mg/L提示有并发症可能。每天动态监测CRP水平,对发现和监测感染有较高价值。

③心血管疾病的临床意义

大面积心肌梗塞的患者CRP均值可达160mg/L;轻度心肌梗塞患者CRP值在40mg/L左右;不稳定心绞痛患者CRP值略高,稳定性心绞痛患者CRP值正常。与动脉栓塞相比,静脉栓塞患者CRP值较低,CRP水平与局部缺血时间相关。

④全身性感染疾病的临床意义

类风湿性关节炎患者CRP值可高于200mg/L,高低与临床症状和治疗效果密切相关;系统性红斑狼疮患者CRP值平时较低并与病情相关,超过60mg/L时应疑为并发细菌感染的可能性。

⑤恶性肿瘤的临床意义

恶性肿瘤患者CRP值都升高,如CRP与AFP的联合检测,可用于肝癌与肝脏良性疾病的鉴别诊断,应用于肝癌疗效及预后的判断。患者手术前CRP值上升,手术后则下降,且其反应不受放疗、化疗和皮质激素治疗的影响,有助于评估肿瘤的发展进程。

⑥抗生药的治疗监测意义

临床面临耐药菌株感染的问题日趋严重。CRP定量检测可快速报告,有针对性地及时指导使用抗生素。系列血浆CRP的测定,可用来作为下列情况的治疗监测:在多种感染时高效使用抗生素治疗;根据CRP水平的变化来决定抗感染药物的剂量;在CRP值下降至正常时,中断抗菌素治疗;在高危人群缺少微生物学诊断时,可作为抗生素治疗的指引。

(作者单位:遂宁市中医院)

“肾虚”究竟是什么?

(三)

刘芸峰

肾是先天之本,生命之源。养肾的目的就是要调节肾精、肾阳、肾阴、肾气的充足与平衡。《内经》里讲“年过四十,肾气自半”,也就是说40岁以上的人肾气已经消耗过半,如果不注意保养,很容易出现早衰的症状。今天我们就来谈谈常见的补肾误区,以及如何科学养肾。

1. 补肾误区

误区一:腰痛就要补肾?

不少人认为腰酸、腰痛就是肾虚了,便盲目服用补肾之品。中医认为“腰为肾之府”,肾虚可能出现腰酸、腰痛症状,但并非腰痛就是肾虚。腰痛患者首先应该排查脊柱及周围软组织疾病,如腰扭伤、腰肌劳损、腰椎间盘突出等;其次应该排除肾脏疾病,如肾结石、肾盂肾炎、肾积水等。切忌盲目乱补。

误区二:性功能障碍即肾虚?

类似说法在一些商家的广告宣传中被不断强化,让大家错误的把性功能障碍、补肾和壮阳联系起来。肾虚确实可能导致性功能问题,但不是所有性功能问题都是肾虚所致。功能障碍包括勃起困难、早泄、性欲异常等,发病原因由心理、生理、疾病、药物等多种因素所致。中医认为,男性性功能和肾关系密切,但也与心肝脾肺功能失调有关,所以功能障碍只有在肾虚的情况下才需要补肾。

误区三:补肾就是壮阳?

之前我们说了肾虚有“阴虚”“阳虚”“气虚”“精虚”等区别,不同的类型对应不同的治疗方法和用药,如补肾阳、滋肾阴、益肾气、填肾精等。市面上售卖的“地黄丸”只适用于肾阴虚患者,肾阳虚患者误服之后只会越吃越寒,加重症状。而壮阳药大多刚热温燥,仅仅适用于肾阳虚患者。需要注意的是,其实很多人都不是单一的阴虚或阳虚,还有阴阳两虚、肾

精虚夹肾阴虚等情况。总之,判断是否肾虚以及肾虚类型,最好还是请专业中医师辨证判断。

误区四:前列腺炎患者需要补肾?

中医认为前列腺炎发病机制多为湿热蕴结、血瘀气滞、脾肾亏虚等,所以治疗不能单一使用补肾之法。若实属肾虚之证,自当补肾,但若属于湿热、血瘀、脾虚者,又当清热除湿、活血化瘀、健脾益气。

2. 科学养肾

养肾在冬,食补有方。中医认为,冬季五行属水,在五脏应肾,故冬季是宜肾精收藏的季节。冬季应该注意有节制的性生活;起居有常,早睡晚起;均衡饮食,充养肾精。食补相对温和,适用于普通人和轻度肾虚之人,食补可在平衡膳食的基础上多吃黑色食物,如黑豆、黑米、黑芝麻等;阳虚患者宜使用羊肉、狗肉等温阳补肾的食物;阴虚患者可使用鸭肉、鹅肉进补。

泡脚益肾,四季皆行。“树枯根先竭,人老脚先衰”,说明脚的健康不仅关系整体的健康,还和延年益寿有很大关系。经常用热水泡脚、按摩脚掌,可使足部太冲、隐白、昆仑、涌泉等穴位受到热的刺激,促进血液循环、疏通经络、调理脏腑、平衡阴阳。如果泡脚时能加入羌活、桂枝、独活、红花、桃仁、细辛、艾叶等具有补肾助阳、活血化瘀、散寒除湿作用的中药,效果更佳。

合理锻炼,运动强肾。有规律的体力运动能使心脏风险减少一半,而且经常锻炼的人也不易患骨质疏松和骨折。无论任何年龄,适当的体育锻炼可以让人吃得好、睡得香、更有活力。锻炼项目要根据年龄、体力、健康状况等情况合理选择,如散步、慢跑、游泳等,每周3次,每次至少20分钟,并持之以恒。

(作者单位:四川泌尿外科医院)

高县反邪教协会积极开展反邪教宣传



本报讯 近日,宜宾市高县反邪教协会多点发力,分别在庆符镇小靖街道社区办公点、文江镇棕树村新冠疫苗接种点等场所,积极开展反邪教宣传活动。

活动中,县反邪教协会、镇反邪教分会工作人员及会员将印有

反邪教警示语的围裙、布袋、手册等资料送到群众手中,耐心宣传邪教的危害及惩治邪教违法犯罪活动的法律法规等知识。

通过面对面向群众进行反邪教宣传,提醒群众要珍爱生命、远离邪教,并引导群众自觉加入“崇尚科学、破除迷信、反对邪教、传播文明”的队伍,主动参与到反邪教斗争中,对邪教组织做到“不听、不信、不传、不参与”,发现或遇到邪教违法犯罪活动要及时报警,为社会平安和谐贡献一己之力。

(省反邪教协会供稿)

本版图片来自网络,请图片作者与本报联系,以付稿酬。