



# 揭开

“听说治肺癌新出了两个‘灵丹妙药’——O药(Opdivo, nivolumab)和K药(Keytruda, pembrolizumab),它们到底好不好?”  
“我朋友得了肺癌,用这药能不能治好嘛?一个疗程要花多少钱?国产的好还是进口的好……”  
从本期开始,本报将分两期为大家揭开O药和K药在肺癌治疗中的“神秘面纱”。

# O药和K药的“神秘面纱”

(上)

文彦



肺癌是全球发病率最高的肿瘤,也是我国和全球致死率最高的肿瘤。非小细胞肺癌(NSCLC)是肺癌的主要类型,占全部肺癌患者的85%。其中非鳞状NSCLC占70%,更为难治的鳞状NSCLC占30%。如此高的发病率和致死率,意味着肺癌治疗领域必须要有所突破。近年来,新靶向药的问世、用药格局的调整、免疫PD1国内获

批、指南推荐更新等,让我们知晓全世界医务和科研工作者在肺癌治疗领域进行着不懈的努力。最新发布非小细胞肺癌NCCN指南2019第2版,标志着肺癌治疗正式进入精准检测及免疫治疗时代。该手册建议晚期患者治疗前先行基因检测及PD-L1检测,再根据结果划分成三大治疗群,即,EGFR、ALK、R 总生存期1或BRAF V600E突变阳性的靶向治疗群;PD-L1≥50%的免疫治疗群;以上基因检测全阴性及PD-L1<50%的传统化疗群。

免疫治疗。肿瘤免疫治疗是以激发和增强机体免疫功能,以达到控制和杀灭肿瘤细胞的一种治疗方法。但免疫疗法只能清除少量的、播散的肿瘤细胞,对于晚期的实体肿瘤疗效有限,故常作为一种辅助疗法,与手术、化疗、放疗等常规方法联合应用。人体T细胞号称“人体卫士”,可以识别人体的肿瘤细胞并进行杀伤攻击。但是肿瘤细胞比较“狡猾”,它看到T细胞上有蛋白叫做PD-1,便派出PD-L1蛋白(PD-1的配体)。当PD-1与PD-L1结合后,便分泌出抑制性信号,诱导T细胞凋亡、抑制T细胞的活化和增殖,

于是肿瘤细胞就可以肆无忌惮地增殖。免疫治疗的原理就是阻止PD-1与PD-L1的结合,使T细胞获得自由,纵横驰骋剿灭癌细胞。目前,O药和K药是患者中知名度最高的两种肿瘤免疫抑制药——PD-1抗体药物。O药是第一个在中国获批的PD-1/PD-L1类药物,国内批准的适应症覆盖晚期非小细胞肺癌;K药是FDA首个批准上市的抗PD-1免疫疗法,截至2018年6月,K药是目前全球获批适应症最多的PD-1抑制剂。在我国,K药获批的适应症包括黑色素瘤和肺癌两个癌种。目前K药

在中国还启动了食管癌、肝癌等临床试验。

(作者系四川省肿瘤医院胸部肿瘤内科护士长)



# 前列腺增生的症状及预防

高存祥



# 科学认识痛风

吴娟娟

痛风是一种常见且复杂的关节炎类型,各个年龄段均可能罹患,男性发病率高于女性。痛风具有起病急、疼痛来得快的特点。那么,是什么原因诱发了痛风呢?患上了痛风,该如何有效控制痛风呢?我们一起来看看。

## 痛风发作常见的诱因

根据国家风湿病数据中心数据分析,男女痛风诱因有很大差异。男性患者主要是饮酒,其次为高嘌呤饮食和剧烈运动;女性患者主要为高嘌呤饮食,其次为突然受冷和剧烈运动。  
**饮酒。**乙醇诱发痛风的机制有三方面,即乙醇使血尿酸浓度升高,而尿酸抑制肾脏对尿酸的排泄而致血尿酸浓度快速升高;乙醇加速嘌呤分解使血尿酸浓度快速升高;酒类尤其是啤酒可提供嘌呤原料,而且饮酒的同时往往会摄入大量的高嘌呤食物。  
**暴食。**一次性摄入大量的高嘌呤食物,比如肝、肾等动物内脏,海鲜、牛羊肉等肉食,可使血尿酸快速升高。此外,食物的加工方式也影响嘌呤的摄入量,肉汤中嘌呤含量远



大部分化疗药物等。  
**尿酸降低过快。**非布司他、别嘌醇、苯溴马隆等降尿酸药物使血尿酸浓度快速降低,痛风石表面溶解,释放出针状尿酸盐结晶也诱发痛风发作。  
**严重感染。**感染导致白细胞升高,组织细胞大量破坏,代谢性酸中毒等,引起尿酸产生过多和尿酸排泄障碍,血尿酸快速升高。  
**疲劳及作息紊乱。**疲劳和作息紊乱导致机体能量大量消耗,代谢废物堆积,干扰了尿酸的排泄而诱发痛风发作。  
**家族史。**目前认为,痛风是一种遗传相关性疾病,但具体的遗传方式还很不明确,也缺乏可靠、敏感的遗传标志。一般来说,有家族史的痛风患者,发病年龄更早,病情更重,更容易发生痛风石和痛风性肾病,而且对治疗药物不敏感。

## 怎样有效控制痛风?

得了痛风就需要在医生的指导下服用降尿酸药物,目前临床推荐的降尿酸药有别嘌醇、非布司他、苯溴马隆三种。服药时间目前

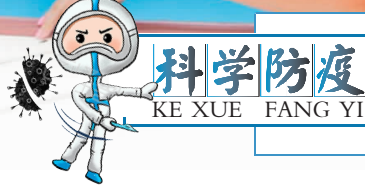
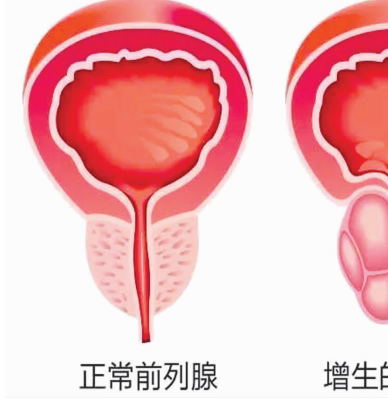
没有统一的标准,不过,一般认为,频繁痛风发作或每年发作超过2次者,应长期服用降尿酸药。  
此外,《2016中国痛风诊疗指南》推荐痛风患者应遵循下述原则:限酒,减少高嘌呤食物的摄入,防止剧烈运动或突然受凉,减少富含果糖饮料的摄入,大量饮水(每日2000ml以上),控制体重,增加新鲜蔬菜的摄入,规律饮食和作息,规律运动,戒烟。

## 如何有效预防痛风?

**健康饮食。**饮食与痛风的关系十分密切,日常生活中应注意营养均衡,避免高热量饮食,少喝啤酒、少吃海鲜,同时注意荤素搭配。  
**纠正不良习惯。**年轻人虽说精力旺盛,但也不可拿身体健康当儿戏,还是应该养成良好的生活习惯,纠正长期熬夜、大量酗酒或是不吃早餐等坏习惯。  
**积极锻炼身体。**生命在于运动,积极、规律的锻炼可以提高身体的抵抗力,同时也有利于减少脂肪堆积,对预防各类疾病起到积极的作用。  
(作者单位:德阳市中江县中医院)



腺的阻塞,患者需在排尿的时候要用力对抗阻力,故而排尿比较费力;尿线变细,尿道受到增生前列腺的压迫变窄,使尿线变得相对较细;尿滴沥,在疾病持续发展情况下,排尿中断,排尿后滴沥不尽等情况也会出现。  
如果尚未发现前列腺增生,在日常生活中应该如何进行有效地预防呢?  
◎不憋尿,保持大便通畅。  
◎生活要规律,不熬夜,坚持运动,控制好自己的体重。  
◎骑自行车的时间不能太长,不要在硬物上坐太久。  
◎饮食尽量清淡,多吃一些含锌、含番茄红素的食物,少吃高胆固醇食物,尽量不吃刺激性的食物,同时对含咖啡因类、酒精类饮料的摄入量进行合理的控制。  
◎患者每天要喝够水,以1500ml/日为宜,量要控制好,不能太多。但是,在参加社交活动、睡前都不要喝太多水。  
◎性生活有节制。  
◎洗澡注意水温,要用热水,但温度不可过高。平时下半身保持适宜的温度,不可太凉也不可太热。  
◎定期检查,一旦发现及早进行治疗。  
◎保持心情愉快。  
(作者单位:四川泌尿外科医院)



# 疫情防控常态化下,是否可以游泳?

近日,在四川省卫健委举办的防控新型冠状病毒科普座谈会上,四川省疾病预防控制中心副主任医师程刚就泳池开放及相关问题作出了回应。  
夏天到了,游泳馆是广大市民朋友们绝佳的锻炼场所,但有市民朋友担心,去泳池游泳会不会感染新型冠状病毒?程刚表示,大家大可不必担心。虽然受疫情影响,但是只要做好相关防护,还是可以愉快地“玩水”。

**游泳馆**  
游泳馆应制定应急预案、实名预约,以及限流、错峰进入等措施,尽量采取网络购票,以减少现场聚集。  
◎对所有进场游泳的顾客都要查验健康码,实行绿码准入制,落实测体温、实名登记等措施。  
◎做好员工健康管理,掌握员工健康状况,员工在工作时要科学佩戴口罩,注意个人卫生,保持手卫生。  
◎营业前,应充分进行室内(包括淋浴室、更衣室等场所)通风换气。

◎营业中要确保通风设施正常运行,保持场所的通风良好。  
◎每日歇业后,及时打开门窗进行充分的自然通风换气。  
◎加强对泳池水的水质检测和卫生管理,做好商店、更衣室等场所及各类公共设施设备及高频接触物体表面(如储物柜及钥匙、更衣凳、洗手间、扶手、把手等)的清洁和消毒工作。  
**顾客**  
广大市民朋友们在健身放松

的同时,不能放松个人防护。  
◎注意保持手卫生,尽量不要触碰口、眼、鼻,备好个人防护用品,如纸巾、手消毒剂等。  
◎可以利用电话、APP等提前预约,避开人流高峰,与同时段相邻游泳人员应保持安全距离。  
◎建议顾客先在淋浴间冲洗后再前往泳池,这样可以避免将热天身上的汗液带进泳池,在淋浴间和更衣室的停留时间不宜过长,场所内活动时间不超过两小时。  
(本报记者 代俊)

# 沙湾区深入开展反邪教警示教育宣传活动



本报讯 为进一步提升城乡(居)民防邪、反邪、辨邪思想认识,营造浓厚的反邪、防邪社会氛围,近日,乐山市沙湾区委政法委深入沙湾区福祿集镇开展反邪教警示教育宣传活动。  
活动中,工作人员利用宣传展板、发放反邪教宣传折页和宣传用品等方式,向广大村(居)民宣传“什么是邪教”“邪教的危害

性”“邪教的骗人主要手段”等反邪教知识,揭露了邪教反人类、反科学、反社会的本质,引导群众要反对邪教、崇尚科学、热爱生活,并积极检举揭发邪教的违法犯罪活动。此次宣传活动,共计发放反邪教宣传品1000余份。通过此次活动,进一步增强了辖区内群众的防邪意识,营造了浓厚的反邪教社会氛围,为平安沙湾建设夯实了群众基础。  
(省反邪教协会供稿)

**遗失声明**  
苍溪县故乡面馆营业执照正本遗失(统一社会信用代码:92510824MA62GHFU4R),特声明作废。  
苍溪县故乡面馆  
2020年7月22日