

女记者与癌共舞十七载

今年,《临床医师癌症杂志》发布了国家癌症中心预估的2015年中国癌症发病及死亡情况(实际数据有滞后);2015年,中国预计有429.2万例新发肿瘤病例和281.4万例死亡病例,相当于平均每天1.2万人新患癌症、7500人死于癌症。在令人闻之色变的癌症面前,依然有很多病人能够以此契机重新思考生命,在治疗康复中学会与这一疾病和平相处。近日,一位患乳腺癌17年的患者张立华把自己十几年日记中跟癌症治疗和生命思考有关的部分整理集结,即将出版成书,希望给更多对癌症有迷思的人一些启迪。她也与本报记者分享了这十几年从发现、治疗以及逐渐平和对待癌症的心路历程。

■见习记者 周旭



为什么是我?

1994年,张立华刚刚从插队落户的山西回到阔别26年的家乡北京,在国家劳动部直属《中国劳动报》报社做编辑、记者。

1999年,单位体检和复查后,张立华被告知自己得了乳腺癌。从医生办公室出来,她呆呆地坐在医院走廊里的长椅上,不停地问自己:为什么?为什么会得这个病?为什么是我?

回家后,她开始查阅资料。据说高龄产妇、不哺乳、生产较少的女性是乳腺癌的高发人群,可她27岁结婚,28岁生第一胎,32岁生第二胎,两个孩子都是自己的乳汁

喂养。她的家族也并没有乳腺癌的患病史,母亲活到80岁,从未得过癌症,妹妹也身体健康。她去问医生,医生也无法给出确切的解释,“人人与人之间有差异。”医生说,乳腺癌细胞的生长速度是癌细胞里比较慢的,按照目前的症状判断,她这个病大约在七八年前就萌发了。

几年来一直忙于工作的张立华又拿起笔来,发现已经三年没写过个人日记了。三年岁月更迭,她刚刚50岁,工作上的努力有着丰厚的回报:获得了副高级职称——主任编辑,文章多次获奖,其中包括北京市女记者奖,主持的栏目获得了与《焦点访谈》并列的专题大奖……就在体检前一个月,她还获得了升职。而一个月之后,就是自己宝贝女儿参加高考的日子。就在这样春风得意的时刻,她却得了癌症,丈夫海棠觉得“天都塌了”!

那个时候,国内医学界对于癌症的治疗思路依然是“除恶务尽”,医生建议她尽早手术,全部切除有癌细胞的右侧乳房,连带部分淋巴组织。手术做得很成功,伤口缝得很漂亮,后来每个见到她伤口的医生都赞不绝口。术后近两年的时间,她一直接受放化疗,过程痛苦万分。在化疗进行到第二个疗程时,因为监测到白血球低于安全值,医生怕继续化疗会损伤肝肾功能,暂停疗程进行抽血检查,发现了继发性糖尿病,推测化疗已经损伤了胰岛功能。然后她找了一位中西医结合治疗癌症的专家开了中药来调理身体、配合治疗。血象逐渐平稳之后,她继续完成了余下的放化疗,于2001年恢复上班。

复发、转移——

病情一波三折

2004年底,张立华在洗澡的时候发现原来的刀口上长出了小疙瘩。外科医

生轻描淡写,直接在门诊用激光切除,保险起见还是送去化验。去拆线的那天,医生忐忑地告诉她:“切片结果不太好。”张立华脑子“嗡”地一声:癌症复发了。外科医生给出的治疗方案让她继续化疗,而肿瘤科医生认为她需要接受内分泌治疗。权衡之后,她认为肿瘤科的医生在这方面更具权威,因此选择了服用内分泌药物的保守治疗。

2010年,张立华去复查的时候发现肺部有结节,医生结合出血等其他症状,判断应该不是恶性,让她暂时不处理,注意观察。那一两年,她也正忙着工作和家里的各种事情,包括装修房子。转眼到了2012年,她突然发现那个结节长大了。这次她要面对的是癌症转移。很快她又做了肺部微创手术,切除了转移的癌细胞。

患癌以来,她逐渐感觉到身体的状态大不如从前,经常会感觉疲惫、酸痛。但是,她已经逐渐学会与这样的身体相处。

说起自己的病史,张立华以一种北京大姐特有的豪迈豁达的姿态,没有悲戚,只有悯人。她说,得这样的病,家人比自己更难受。每次看着自己进手术室、痛苦的放化疗,还要照料术后的自己,家人有多难受,张立华心里明镜儿似的。她绝不要因为生癌而在家人中间制造难过的气氛,因此不闹脾气、不流露悲戚之感。

张立华觉得,对于大多数谈癌色变的人而言,谈心态略显奢侈。多少人为了治病跑到北京,为了找医生、挂号、等床位等无数的事情要费尽心血,还要冒着被骗财骗命的风险。能够顺利进入北京知名的三甲医院,有信任的医生给自己治疗,没有听信什么奇怪的偏方走什么弯路,张立华已经很感恩了。

(下转第3版)

【本期导读】

《欢乐颂》:俗世“照妖镜”



第02版

热门电视剧《欢乐颂》已然掀起各年龄层观众的热烈追剧和讨论。不少人在这部热剧里,看到了自己所处环境的真实写照。

女性性焦虑幸福拦路虎



第14版

女人也会在床上出现了“机械故障”,如果这时候伴侣再对她表现出不耐甚至故意施加压力,她的性表现可能会越来越糟。

《百鸟朝凤》背后:

肖江虹的原著与「匠心」



第16版

“文艺电影在喧嚣的时代是孤独的。”《百鸟朝凤》编剧、影片原著作者肖江虹说。

上海市卫计委授权发布 合理用药 上海医药特别支持

糖尿病是一组以血糖水平增高为特征的代谢性疾病群。随着经济的发展,生活方式的改变,我国糖尿病患者人数不断增长。糖尿病防治应得到全社会的广泛关注。糖尿病仍是一种慢性疾病,血糖达标需坚持终身治疗。值得注意的是,不少的糖尿病病人在治疗过程中还存在诸多认知误区。

光吃药就能控制血糖?

大部分老百姓认为得了糖尿病只要认真服药,就可以完全控制血

糖。其实,生活方式干预(理想的饮食和运动习惯)才是降糖治疗的基石,光靠降糖药物往往达不到长期和理想的血糖控制;

没症状了就可以停药?

很多病人认为已经没有血糖高、口干等症状就可以不再治疗;服药也是短期行为,医生开给的药用完了,也没症状了,就可以停药。这些观点都是不正确的。原因有二,其一,很多糖尿病患者血糖已经升高,但未必会有明显的“三多一少”症状,糖尿病的治疗达标与否是根据血糖水平来衡量,而不是以症状来

衡量。其二,糖尿病的降糖治疗最终目的是为了防控糖尿病相关慢性并发症(包括心脑血管、神经系统、眼底、肾脏的慢性损坏和功能障碍)的发生发展,因此血糖控制好,不在于一朝一夕,而在于持之以恒。

不吃药靠严格节食治疗?

有些患者,一旦知道自己得了糖尿病,又不愿接受药物治疗,就开始过度节食,试图通过严格饮食控制让自己摘掉“糖尿病需要终身服药”的“帽子”。过度饮食控制往往会影响人体正常的新陈代谢,甚至导致器官功能障碍,同时还会降低

患者的生活质量。因此,合理饮食不等于过度节食,走向另一个极端也是不可取的。

打了胰岛素就再也停不了?

很多病人认为胰岛素是“激素”,一旦注射了胰岛素,就不能停,胰岛素治疗会有依赖性。其实,除了1型糖尿病,2型糖尿病患者在实际诊疗中,医生也有可能建议患者使用胰岛素。这是在充分评价了患者胰岛素分泌功能后作出的决定。甚至有些严重高血糖的2型糖尿病患者,在疾病早期就有可能被建议使用胰岛素。这并不意味着今

后就要终身胰岛素治疗。对于2型糖尿病患者,只要胰岛功能得到了一定的恢复,胰岛素注射是有可能在使用一段时间后逐渐减量,甚至停用而改为口服降糖药治疗的。因此,胰岛素治疗不存在依赖性,停药与否取决于患者的胰岛素分泌功能和并发症等情况。

中国医药工业信息中心采编

宁光,中国工程院院士,上海交通大学医学院附属瑞金医院副院长,国家代谢性疾病临床医学研究中心主任

糖尿病治疗,病人存在哪些误区?

瑞金医院 宁光