

“舒缓疗护”给予人生最后的关爱

通过“舒缓疗护”，让每个生命都能得到及时治疗的同时，能有尊严地活着，也可以有尊严地离去，对每个生命负责，也是对活着的人负责，更是对社会负责。

临床数据显示，近年来上海每年因肿瘤死亡 3.6 万人，70% 癌症晚期病人需要给予止痛、心理安抚等“舒缓疗护”及临终关怀。市委、市府对癌症晚期患者予以高度重视，晚期癌症患者的舒缓疗护已经提上了重要议事日程，今年上海已将“舒缓疗护”列入 2012 年上海市政府实事项目，在每个区试点一家社区卫生服务中心，专设 10 张病床“临终关怀”。

舒缓疗护 适用于晚期癌症

舒缓疗护又称为姑息治疗，是指对晚期癌症患者进行积极全面的医疗照顾；控制疼痛及有关症状，并对心理、社会和精神问题予以重视。其目的是为病人和家属赢得尽可能好的生活质量。癌症舒缓疗护反对放弃治疗；反对过度治疗；反对安乐死；反对任何不尊重生命的做法。改善晚期癌症患者的生存质量；帮助癌症患者以较平静的心态和较强的毅力面对困难；减轻患者的痛苦，延长患者的生命。



对癌症患者“舒缓疗护”，曾经被认为是放弃治疗，一直处于边缘性的配角地位，如今“舒缓疗护”医学已成为一门专门学科，迅速成为肿瘤综合治疗中的主角之一，贯穿癌症治疗全过程，为各阶段的癌症病人提供缓解症状、减轻痛苦的治疗手段。舒缓疗护已经是癌症综合治疗模式中的重要组成部分，组成了全国性的专业学术委员会，形成了规范的治疗指南。

治疗过度 往往有害无益

过度治疗对晚期癌症病人的危害是显而易见的。哪些治疗真正构成“过度”？我们用一些例子来说明。比如有的晚期癌症病人，已经

多处转移扩散，无法进行根治性手术，如果没有出现危及生命的合并症，则手术有害无益；有的病人反复化疗，造成白细胞低，免疫力下降，身体虚弱，此时化疗只会增加痛苦、加速死亡；有的癌症病人放疗过度引起的放疗后遗症往往比肿瘤本身还要难治并且痛苦万分。此外，近年推出的分子靶向药物，在不良反应相对较轻的情况下，为部分晚期癌症患者延长生命带来了新的希望。但是该类新药费用昂贵，巨额药品费用显著增加患者家属及社会的经济负担。

临床主张 减轻病痛带瘤生存

临床提倡晚期癌症病人舒缓

疗护，避免过度治疗，首先要转变观念，树立带瘤生存、和平相处的观点。既然晚期癌症目前还无法治愈，治疗的目标就是：减轻病人痛苦，提高生存质量，延长病人生命。

当癌症进展且不能再接受常规的放疗、化疗及手术治疗时，就应在肿瘤科专业医生指导下，通过对患者全面症状进行评估，如癌痛的程度和性质，是否伴有焦虑和抑郁情绪及其他症状，制定姑息治疗方案。尽管疾病进入晚期阶段，但患者仍然能在无明显痛苦的条件 下，享受生活的乐趣。肿瘤的姑息治疗方案包括：晚期癌症的止痛治疗；减少或防止各种晚期并发症的姑息手术；减轻疼痛及脊髓压迫的姑息放疗；各种介入性姑息措施的实施；姑息治疗过程中的医患交流和心理治疗；终末期病人的支持治疗和护理等。此外，还包括中医姑息治疗， 中医中药在减轻病人痛苦，提高生存质量等方面，有其独特的优势。当然，在实施姑息治疗前，应向患者家属充分说明情况，以取得理解，避免不必要的误会。

舒缓疗护同样可以取得良好的效果，某些癌症患者经舒缓疗护后可带瘤生存相当长时间。当现有抗癌治疗效果甚微而副作用或后遗症较大，或病情发展很慢时，可以考虑暂不作特殊治疗，而给予临床观察或舒缓疗护。

生命无价，但医疗作用有限，医疗资源更是有限。诚然，对于癌症患者应尽量争取根治，以获得最多的生存时间。但如果目前的治疗手段不能达到根治，或患者的身体情况不允许，或肯定抗癌治疗弊大于利时，就应识“时务”，退而求次，以改善患者生存质量为主要目标。对某些根治无望的癌症患者来说，舒缓疗护可能是唯一正确的选择。

宋伟祥（上海中医药大学附属岳阳中西医结合医院肿瘤科）

甲状腺癌是一种比较常见的恶性肿瘤，目前发病率呈逐年上升趋势，其中女性患者居多。祖国医学对甲状腺癌早有认识，并将其归为“瘰癧”一类。历代医家对甲状腺癌均有探索，一致认为水土因素，情志内伤是导致本病发生的重要因素；“妇女多有之（瘰癧），缘忧患有甚于男子也”，是女性高发的因素。而且认为本病的发生与多种外因和内因相关，继而形成气滞、痰凝和瘀毒胶结发病。针对其发病机理，制定相应的治则：理气化痰，散瘀破结；化痰软坚，消癭解毒；疏肝泄火，软坚消癭；扶脾健胃；养阴清热。有效的中药有：黄芪、贝母、猫爪草、羊乳根、牛蒡子、桔梗、王不留行、皂角刺、山慈姑、夏枯草、全虫、蜈蚣、天龙、穿山甲、鳖甲、土元等，临床可辨证使用。

在明确诊断甲状腺癌后，应尽早进行手术治疗；还可以进行核素治疗；对未分化型患者术后应予放疗。而中医辨证治疗可以贯穿甲状腺癌治疗的始终。目前在中医肿瘤科就诊的患者中，以术后患者占绝大多数。中医药治疗可用于减少甲状腺癌患者术后复发；对于甲状腺癌不能手术者，中医起到了很好的治疗作用。此外，中医治疗针对因手术、放疗等引起的体质虚弱、神疲乏力、声音嘶哑、口干、舌红少苔等症状，也有明显的缓解作用。

在日常生活中，甲状腺癌患者需要适当的饮食调理，注意饮食宜忌。一般应吃富于营养的食物及新鲜蔬菜，避免肥腻。甲状腺癌病人宜多食用具有消结散肿作用的食物，如芋艿、慈菇、薏仁、山药、猴头菇、萝卜、魔芋、菱等；增强免疫力的食物，如香菇、蘑菇、甲鱼、柿饼、木耳、红枣等；宜吃具有健脾利水作用的食物，如核桃、黑大豆、荔枝、桑葚、青鱼、雀肉、鹌鹑蛋、石榴、梅子、扁豆。同时患者应戒烟、酒，忌辛辣刺激性食物如蒜、花椒、辣椒、桂皮等，忌油腻、煎炸、烧烤等热性食物，忌海带、紫菜、海参等富碘食物。

同时，甲状腺癌患者应当注意调摄情志，情绪能够影响甲状腺癌的发生，建议大家保持愉快的心情。防止情志内伤，是预防甲状腺癌的重要方面，也能够增强人体的抵抗力。此外，专业的心理疏导在临床上也能起到积极的作用。

陈旻（上海中医药大学附属市中医医院肿瘤科主任医师）

科普活动

3月14日下午1:30，在上海市中医医院（芷江中路274号）门诊六楼第一教室，举行中医医院康爱讲堂科普讲座咨询活动。主题为“甲状腺癌的中医药防治”，欢迎患者及家属积极参与。



上专病门诊看神经痛

每天饮用强化奶 有利于防治痛风

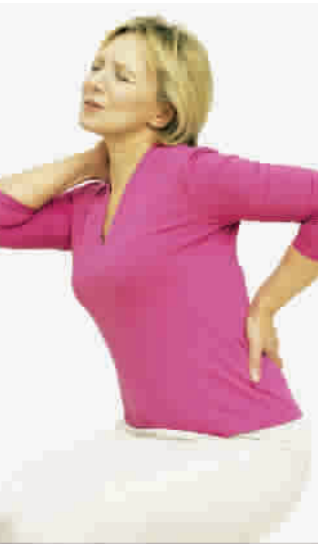
每天饮用强化了乳品中天然存在的两种成分的脱脂牛奶，可以减少急性痛风的发病频率以及强度。该研究结果已经刊登在最近一期的《英国医学杂志风湿性疾病年报》上。共有 120 名痛风患者参与了这项为期三个月的研究，研究内容包括分析急性痛风发病的频率和强度。结果显示饮用了强化脱脂牛奶的研究对象相比另外两组对照组显著减少了痛风的发病频率，并且疼痛的程度也得到了更大的缓解。

这项突破性的研究是首次就饮食干预痛风症进行临床试验。该研究由新西兰奥克兰大学骨骼及关节研究小组的尼古拉·达贝丝博士联合恒天然研发中心以及奥克兰大学医学系的科学家们共同开展的。达贝丝博士说，这项研究结果对于全球数百万痛风患者而言是一个好消息。痛风是一种常见的慢性代谢性疾病，在关节方面的主要表现有剧烈的关节疼痛。

与痛风相关的乳品原料已经获得了两项使用专利，研究者目前的任务是探究将这一新的解决方案推广至全球痛风患者的可能性。跃中

继呼吸、脉搏、血压、体温之后，现代医学将疼痛列为第五大生命体征。或许是过于寻常，疼痛还未引起足够的重视，人们普遍认为疼痛只是疾病的症状，只要疾病治好，疼痛就会消失。实际上，疼痛本身即是一种疾病，尤其是损害或疾病累及到躯体感觉系统后导致疼痛，则成为慢性病，国际疼痛研究协会将其定义为神经病理性疼痛（简称神经痛）。上海医学会神经内科专业委员会主任委员、华山医院神经内科董强教授介绍，这种疼痛服用一般镇痛药物不能得到有效缓解，应及时到正规医院的神经内科或疼痛科就医，及早诊治才有可能享受无痛生活。

常见的带状疱疹后神经痛、糖尿病外周神经痛、坐骨神经痛、三叉神经痛等都属于神经痛的范围。国内大多数患者对神经病理性疼痛的认知缺乏，导致诊治率较低。他们应对的方式通常先是一忍再忍，然后是自我诊断，自行服用止



痛药。为了服务广大寻医无门的神经痛患者，华山医院、仁济医院、瑞金医院开设了神经痛专病门诊。

由于神经痛是因神经异常放

腹腔镜抗反流开启通向康复之门

很多人会有上胸部烧心的感觉，或酸性胃液和食物反流进入口腔，引起口苦、咳嗽、咽喉炎或哮喘，严重者甚至影响进食和睡眠。这可能都是反流性食管炎在作怪。“反流性食管炎不会夺去人的生命，但足以毁掉他的生活。”这是著名外科医生 DeMeester 对反流性食管炎的经典描述。

受该病困扰的很多病人，长期

服药病情难以缓解，或停药后症状再发。难道除了药物治疗，就再也没有更为有效的治疗了吗？在欧美国家，随着腹腔镜技术的进步，抗反流手术已成为治疗反流性食管炎的金标准治疗，特别是合并食管裂孔疝的患者，获得治愈的唯一机会是接受手术。可以说，微创手术为很多反流性食管炎患者开启了一扇通向康复之门。仇明 本版图片 IC

科普活动

3月17日上午8:30—12:00，腹腔镜手术治疗反流性食管炎经验总结与各型补片治疗食管裂孔疝专题报告，在长征医院门诊大厅（成都北路南京西路交口）举行。由长征医院外科仇明教授主持。欢迎反流性食管炎患者参加并咨询。