

新民健康



“新民健康工作室”的微信公众号现已上线,近期医疗科普活动预告、精彩文章分享、医疗资讯一应俱全。扫一扫就能订制属于你的“贴身医护顾问”。

本报新民健康工作室主编 | 总第37期 | 2014年11月26日 星期三 责任编辑:潘嘉毅 视觉设计:竹建英 编辑邮箱: xmjx@xmwb.com.cn

癌前筛查:“侦查”癌症的蛛丝马迹

◆ 吴孟华

世界卫生组织研究报告,人类三分之一的疾病通过预防保健是可以避免的,三分之一的疾病通过早期的发现是可以得到有效控制的,三分之一的疾病通过信息的有效沟通能够提高治疗效果。因此,重要的是在疾病没有到来之前就能够做到“防患于未然”。肿瘤亦是如此。

近年来,癌症已经成为威胁城市居民的“头号杀手”,越来越多的人意识到癌症防不胜防,需要定期做癌前筛查来“侦查”癌症的“蛛丝马迹”。那么,为何要进行肿瘤早期筛查?肿瘤细胞是由“叛变”的正常细胞衍生而来,经多年后长成肿瘤。“叛变”细胞脱离正轨后自行增殖,只有累积到10亿个以上时,常规的医学检测才会察觉到。一般常规检测出有癌症时,癌细胞至少已经在体内存在了5-12年。癌细胞的增殖速度是以倍增时间计算的,1个变2个,2个变4个,以此类推。比如,胃癌、肠癌、

肝癌、胰腺癌、食道癌的癌细胞倍增时间平均是33天;乳腺癌倍增时间是40多天。由于癌细胞不断倍增,癌症越发展到晚期,进展速度越快,也难以治疗。癌细胞基因突变是癌症早期时特异的表示。

事实上,90%的癌症早期没有症状,90%的癌症患者有了自觉症状到医院就诊时基本都是中晚期。而肿瘤早期癌细胞数目少,且没有形成医学标准的癌症组织,可以被消灭,如果这时候早期干预,癌细胞就可以逆转,癌症可以消除。即使不可逆转,也可以延缓癌症的恶化,延长生命。为适应大众对健康的需求,近年来防癌检查套餐被推出,癌前筛查是由肿瘤专科医师利用专业的技术手段和方法,针对癌症高危人群、健康人群的全面肿瘤筛查,可发现常规检查不到或疏漏的常见肿瘤的“蛛丝马迹”。

癌前早筛通过各种尖端超常规检测手段在出现医学临床症状之前发现癌细胞。通过早期癌症筛查可以查出的癌症80%是早期癌症。现代医学采用先进的靶向治疗技术,把不同个体的免疫细胞在体外处理,专门针对肿瘤细胞发挥作用,不涉及体内正常细胞。带有靶向性的DC细胞像雷达一样,俘获肿瘤细胞,并把肿瘤细胞信号传递给其他各种免疫细胞,让这些免疫细胞直接对癌细胞进行杀灭作用。

总而言之,人不能在有了病以后才想到就医、保健,而应该在健康时就注意预防,加强保健。因此,及时了解身体的健康状况,尽早采用对羟基苯丙氨酸尿液检测、CTC、DDPCR及全基因组测序等技术找出影响个人健康的可控制的潜在危险,做好积极应对措施。

(作者系中国宋庆龄基金会生命彩虹基金肿瘤预防公益项目执行主任)

健康圈

■ 近日,上海市医学会骨科分会脊柱学组学术会议在复旦大学附属中山医院召开。会议就颈椎退变、创伤、畸形、非融合方面的复杂疑难病例进行了交流和探讨,以临床资料为依据,从新颖、实用的角度展示了近年来国内外在复杂疑难颈椎疾病诊治方面所取得的成就和进展。

■ 日前,“2014中美临床教学教育与模拟医学论坛暨国家级继续教育学习班”在上海交通大学医学院附属瑞金医院举行。模拟医学教学通过虚拟医院的各种环境场景、应用高科技的仿真模具,提供医学生和医生进行操作锻炼,对推动医学实践的发展具有重要意义。

■ 11月28日下午1:30,上海中医药大学附属市中医院将在门诊楼2楼治未病中心(芷江中路274号)由糖尿病科主治医师高文澜带来“甲状腺结节需要手术治疗吗?”科普讲座。

■ 11月29日上午9:30,上海交通大学附属第六人民医院将在门诊15楼报告厅举办肾脏风湿科“肾友会”活动。届时,将由肾脏风湿科主任医师汪松年带来“沉默的杀手”科普讲座。

■ 12月1日下午1:30-3:00,上海中医药大学附属龙华医院将在特诊部8楼大会议室由主管护师钟丽懿带来“糖尿病足的日常护理”科普讲座。

■ 12月3日下午1:30-2:30,上海市第七人民医院(高桥大同路358号)将在专家门诊楼1楼由骨科主任医师陆海健带来“骨质疏松症的防治”科普讲座。

毛发移植,技术和艺术的完美结合

◆ 吴文育

据中国医师协会初步统计,男性脱发发病率占人口总数的21.3%,25-50岁为发病高峰期,我国男性脱发患者约有1.7亿人。脱发问题严重影响着人们的生活质量,如情绪、工作、学习、就业、择偶和社会交往活动。虽然对身体健康无威胁,但部分患者特别是年轻人因此产生自卑心理或忧郁倾向。

头发毛囊对激素二氢睾酮(DHT)敏感的男性,会出现雄激素性秃发或“男性秃头”。DHT敏感性头发经常在头顶和前部会逐渐变少、变细,并最终停止生长。但是,即使那些脱发严重的男士,其头皮枕部周围仍然会存活着一些健康的毛囊。尽管这些健康毛囊也暴露在DHT中,但是它们可以抵制激素影响,终生保持健康。

毛发移植是通过特殊器械将头发毛囊周围部分组织一并完整切取,脱离头皮原位,经过一定的准备,在需要头发生长的部位创造接受该头发的条件,然后进行移植。毛发移植不仅仅是一门技术,更是一种审美艺术。首先是术前沟通,根据患者的性别、年龄和期望值作出个性化设计,并且可以根据每一位患者的脸型进行定制植发手术,以使得新生长出来的头发能够更加适合患者的需求,做到用最少的毛囊达到患者最希望的效果,让患者能够在生理和心理两方面感受到双重满足感。其次,为患者设计真实美观的发际线,使移植密度接近肉眼分辨范围。再次,全程运用高倍显微镜进行分离种植,最大程度保护毛发,让脱发的部位能够在

最短的时间内健康地重新长出新的头发。最后进行系统的术后护理和随访,保障毛囊最大程度的存活。

(作者系复旦大学附属华山医院皮肤科植发中心主任、教授、医学博士,专家门诊:周一下午静安区中心医院,周二、周五下午华山医院)



扫一扫头发专家 吴文育二维码

知识链接

如何判断雄激素性秃发?

高、发线上移时,大部分都可诊断为雄性秃,事实上男性的秃头有95%以上都是雄性秃,当然也有部分的雄性秃,是先从头顶稀疏落发的地中海型开始。

3. 在20-30岁时开始出现脱发。家族性的秃头遗传,通常在青春期后就开始表现出来,随着年龄的增加,脱发的部位会加大。虽然目前医

学上仍无法精确地预测出雄性秃进行的速度及二三十年后秃头的程度,但一般而言,越早出现掉发,将来秃头程度越严重。

4. 脱发的原因很多,除雄性秃外,全身性疾病、二期梅毒、细菌感染、外伤、营养不良、药物及精神性疾病或压力等因素,也会造成头发的脱落。因此,了解具体原因需请专业医师鉴定。

科学营养 健康生活
营养师热线: 0571-87231703

2014长三角(上海)营养节

长三角营养保健产业联盟 新民晚报 联合主办

2014年12月6日-7日 上海

六大活动之一——特色营养品大型科普活动 现场、新民晚报同步进行

真伪识别 现场展示 营养专家点评

特色营养品: 铁皮石斛 灵芝 蜂产品 阿胶 酵素 养生类产品
三高产品 中老年营养品 儿童营养品 营养素补充剂
12月6日-7日 邀请行业专家、营养师、营养师为广大市民指点迷津

活动具体内容详见:

长三角营养保健产业联盟官网: www.121jk.cn (121健康网)

长三角营养保健产业联盟热线: 0571-85099627

长三角营养师俱乐部QQ群: 297410717

新民传媒热线: 021-52921234转642032