

术后化疗:有的过头 有的不足

我国大肠癌患者5年生存率平均仅40%,专家呼吁规范治疗

本报讯(首席记者 施捷) 相较于欧美发达国家平均高达61%的5年生存率,我国大肠癌患者5年生存率平均仅有40%左右的现状显然差强人意。距离何在?复旦大学附属肿瘤医院大肠外科主任蔡三军教授今天给出的答案只有两个字——规范。

有人过度治疗 有人治疗不足

在今天申城举行的“第四届中美大肠癌多学科综合治疗研讨会”

上,蔡三军强调说,尽管现在在国内各级医院都逐渐建立起了多学科诊疗团队,但治疗环节不规范的情况还是随处可见。他认为,唯有每个治疗环节都严守“规范”,并结合患者的身体状况和治疗意愿等方面,为每位患者制定出最优化的个体化治疗方案,中国患者的生存率状况才可以获得大幅提升。

以II期结肠直肠癌术后且无淋巴结转移的患者为例,对于术后是否需要化疗,一些医院并没有根据患者个体的复发风险来评估决定辅

助治疗的方案,结果往往导致有的患者治疗过度,而有的则治疗不足。再以II期结肠直肠癌术后是否需要辅助化疗为例,错配修复基因的检测已经成为一项重要的考量因素。因为错配修复基因阴性表达或者微卫星不稳定阳性结果的II期结肠直肠癌患者,其发生复发转移的机会较小,并且很可能不能从辅助化疗中获益,反而增加患者的治疗费用、影响患者生活质量。然而据不完全统计,全国目前仅有20%的医院开展结肠直肠癌的错配修复基因检测。

根据个体特色 定制治疗计划

蔡教授特意介绍了一位35岁年轻直肠癌患者在他们医院治疗的情况。这位患者的病灶位置距离肛门仅4.5厘米,按照既往的治疗标准,医生在切除病灶的同时,还需要同时切除肛门。在术前评估讨论会上,医师团队考虑到患者年纪较轻,又有强烈的保留肛门意愿,遂由治疗团队中的放疗科主任章真教授先期制定术前专门的放射治疗计划,

通过放化疗使病灶退缩后,再由大肠外科主任蔡三军教授为患者施行了保肛手术。经过多年的随访,患者存活至今,生活质量也很好。

作为在全国最早成立大肠癌多学科综合诊疗团队的单位之一,上海肿瘤医院大肠外科建立了完整的多学科综合诊疗体系,可以为每一位患者量身定制出既符合诊疗规范又具有个体化特色的治疗方案。这家医院大肠外科患者I期5年生存率94.3%、II期84.5%、III期62.9%,均已达到国际水平。



少儿瓷画作品展现奇思妙想

116件少年儿童的瓷画艺术作品,有奇思妙想的海底世界、侏罗纪公园、奇禽神兽,也有大胆夸张的戏剧脸谱、飞鸟鱼虫,不由让人

眼前一亮……由上海少年儿童图书馆、上海随轩艺术中心主办,上海文化发展基金会随轩艺术专项基金承办的“第二届上海市少

年儿童陶瓷艺术展”,日前在中国福利会少年宫开幕。这些构思巧妙、色彩浓郁、釉色淋漓的陶瓷作品大胆表达了少年儿童心中的美好梦想。

本报记者 孙中钦 摄影报道

3D打印微型飞机试飞

同济师生研制 乒乓球拍大小

本报讯(记者 张炯强)轻轻一甩手,一架乒乓球拍大小的微型飞机即刻从指间飞出,并在眼前悠闲地盘旋、飞舞……昨天,同济大学航空航天与力学学院楼前的草坪上,该学院微小飞机实验室的几名师生

聚在一起,成功放飞了一架他们最新研制的微型飞机。这架小飞机乍一看,和普通的微型飞机并没有什么不同,但留心的话却会发现,这是一架全身洁白的塑料小飞机,包括机身、机翼、尾翼、起落架和舵面全是纯白色,而且飞机的机翼和尾翼分别为一个整体,不像普通的微型飞机,各个部件都是胶接或用棉线、胶水固接到一起的。原来,这是一架与众不同的飞机,采用了最新的3D打印制造技术。

本次3D打印的微型飞机为固定翼,由红外遥控,遥控范围20米左右,适于室内飞行,可平放于掌心。该飞机的特点可概括为两个字,

“小”和“轻”。飞机翼展仅为28厘米,机身长度26厘米,起飞重量约18克,使用螺旋桨的直径为11厘米。飞机的材料是由打印机打印出来的PLA(聚乳酸)轻质塑料,但为了尽可能地减轻重量,飞机的机翼、尾翼及舵面被设计成镂空结构。整架飞机的设计、主要部件制作,均由同济大学航空航天与力学学院的学生参与。

据同济微小飞机实验室教授沈海军介绍,此次同济三维打印微型飞机成功试飞,在国内尚属首例,它展示了3D打印技术在中国微小飞机设计与制造领域上应用的可行性。

上海市经济管理学校
普职融通 协调发展
www.sems.cn

健康讲堂开进都市森林

本报讯(记者 金恒)

昨天下午,新民健康大讲堂共青森林公园专场在园内的天鹅湖畔大草坪举行,近500名观众和游客在户外聆听了嘉宾们以森林、养生为主题的演讲。

三位嘉宾分别为中科院上海辰山植物园植物科学研究中心博士魏宇昆,上海龙华医院康复医学科主任医师叶秀兰,曙光医院心内科副主任医师崔松。魏宇昆介绍了与生活密切相关的植物,以及人类如何与森林和谐共处;叶秀兰让所有观众“动起来”,还吸引了许多游客驻足学习;崔松依然以其轻松幽默的风格,将中医养生知识娓娓道来。

本次新民健康大讲堂由市卫生计生委、上海市体育局和新民晚报社联合主办,共青森林公园、上海市健康教育所、东方宣教中心承办,并得到了新华保险、尚体体育发展公司和上海市医药卫生行风促进会的支持。



秋冬养生 光说不练怎能行

新民健康大讲堂昨推出动静结合新形式

新民健康大讲堂倡导的是运动和健身相结合,来到绿树环抱的都市森林中,怎能辜负这片大好秋日阳光?在嘉宾叶秀兰医师的指导下,观众们全都“动”了起来,上百人一起扭腰,犹如“风摆荷叶”,崔松医师则给大家介绍了秋季养生的知识,观众们宜动宜静,体会运动的快乐、养生的乐趣。

天鹅湖畔练养生操

天鹅湖畔的大草坪,是共青森林公园内一处安静休憩的好地方,四周森林环抱、湖水静谧,近处鲜花锦簇、绿草茵茵,在此举办“露天”的健康讲座再合适不过,而来到户外,光坐着怎么行?

叶秀兰老师身穿着一身白色练功服登台亮相,“今天我们要练习施氏十二字养生操。”当她邀请现场观众全体起立时,一些爷叔和

阿姨还有些“放不开”,可是,随着“洗脸”“梳头”两节操练下来,数百名观众立刻进入了状态。“揉耳”“按腰”“甩肩”“拍臂”“吐故纳新”……大家发现,养生操没有那么难,简简单单几个动作,就使得身心非常舒畅。

当练习到“吐故纳新”这一动作时,需要吸气下蹲、气随手出,然后发出“哈”的一声。叶秀兰老师的示范可谓“声如洪钟”,异常响亮,突如其来的声音相当“震撼”,观众们欢笑之余,自己也尝试着练习。叶秀兰老师提醒大家:“老人们年纪比较大,不要强求动作一定要到位,注意呼吸和动作的配合,顺其自然,循序渐进。”

健康大讲堂结束后,老人们争相走上台前,向叶老师请教练习养生功的一些知识,诸如网上有没有相关资料参照学习?高血

压、糖尿病、骨关节炎等练习养生操有没有作用?叶老师都一一予以了解答。

秋秋冬藏润肺防燥

来到一大片都市森林,崔松医师就从大自然和中草药的关系说起。“神农尝百草”,中药就来自大自然,树木的根、茎、叶、种子全身都是宝,然而随着环境的变化,天然药材越来越少,价格也逐渐抬高,只有爱护森林,药材才不会变为“农副产品”。随后,崔松从春生夏长秋敛冬藏的中医理论,引出了秋季养生的四点注意事项。

■防秋郁 秋天人的情绪容易抑郁,因此要多到户外运动。跑步跳绳是运动,养生操也是运动,中医讲究顺应自然,在导引吐纳中,注重动静平衡,内外平衡。养生先养心,秋天适合早睡早起,而到

了冬天,就要早睡晚起。

■防秋燥 秋天要收敛肺气,不要吃太辛辣的东西,最近好多人咳血咳痰,是温燥,可以用一些桑菊饮。而在秋天最后一个节气霜降之后,凉燥会逐渐增多,喉咙不痛,这时应该用一些热性润肺的饮品,比如将生梨、川贝和冰糖共煮,也有用生梨、萝卜做成雪梨汤,白木耳、百合也是润燥良方。

■防秋冻 现在的秋季特别短,所谓春捂秋冻,也要因人而异,尤其是大闸蟹上市之时,正是很多人血压开始升高之时,要注意自己的血压变化。

■健脾胃 秋天最容易产生消化性溃疡,崔松特地介绍了一剂八宝藕粉“秘方”,由山药、藕粉、茯苓、白扁豆、川贝粉、莲心、蜂蜜、牛奶等组成,对于肠胃非常有好处。

本报记者 金恒

本报讯(记者 马亚宁)本周,金山手机毒霸发布了第三季度移动安全报告。报告称,第三季度平均每天新增安卓手机病毒样本3万个,病毒平均检出率约5.5%,这个数字已远远超过了传统的PC病毒。值

金山安全播报

得注意的是,手机ROM中的病毒检出率已稳超非手机ROM的病毒检出率。

买来新手机 病毒藏其中

ROM中检出病毒,是指手机在到达用户之前已被人在固件中植入手机病毒。这种病毒大部分用户

无法删除。这意味着,手机病毒感染的主渠道,已经从安卓应用市场,转变为手机销售渠道和各种不

正规的刷机包。金山手机毒霸安全专家提醒大家,尽量到正规厂商购买手机,而如果您已经被手机内置的软件困扰,您可以在ROOT手机后,通过手机毒霸删除或管理这些软件。