

# “治疗是规范与个体化的融合”

## 和肿瘤专家聊聊肺癌的那些事儿

《2013 年中国肿瘤登记年报》显示:肺癌居恶性肿瘤发病率第一位,死亡率第一位。而在 2012 年,肺癌已取代肝癌成为我国首位恶性肿瘤死亡原因,肺癌已经连续多年成为癌症领域危及人体健康的头号杀手。

这些数字着实看得人后背发凉,而那些成天与恶性肿瘤打交道的医生对诊治肺癌有何对策和高招呢? 擅长肺癌等恶性肿瘤综合诊治的复旦大学附属肿瘤医院肿瘤内科主任医师常建华日前做客本刊回答读者的疑问——

**问:**以前只在报刊上读到名人罹患肺癌,现在周围就有朋友得病,感觉肺癌就在自己身边。大家的生活环境都很相似,为什么有些人容易生肺癌呢? 烟民中为何有的不得?

**答:**肺癌的病因至今未明,在诸多高危影响因子中,可以确定的有两项:一是吸烟,另外一个为易感因素即家族遗传。此外,汽车尾气、室内装修、厨房油烟等都是诱发肺癌的高危因素。有吸烟史并且吸烟指数大于 400 支/年、高危职业接触史(如接触石棉)以及肺癌家族史等,年龄在 50 岁以上者,是肺癌的高危人群,应该定期做专科体检。两种及以上高危因素叠加,罹患肺癌的几率将大幅上升。按解剖学部位分类,肺癌可分为中央型和周围型,环境污染和烟草吸入,使得小分子微粒易侵入段支气管以下的肺泡组织,使得周围型肺癌人数增长明显,尤以腺癌为多见。虽然吸烟的人不一定都得肺癌,但是肺癌患者当中吸烟的或吸二手烟的,比例却很高。医学研究充分证明,吸烟的肺癌患者预后更差。

**问:**肺癌确诊后,要不要将病情告诉患者本人呢? 如何给予患者更多精神支持?



**答:**告不告诉,是个问题,值得商榷。临床实际工作中,我们更多是通过家属来了解病人的性格脾气、心理承受能力从而决定是否告知。有一部分病人本身就有心理抑郁倾向,需要心理保护,可考虑善意隐瞒。对于绝大多数病人,在适当的时候,由适当的人,以一种适当的方式和语言告知。我们主张根据实际情况,尽可能不对癌症患者本人“保密”,这是为了更最大限度地维护患者的根本权益,与保护性医疗措施不相矛盾。当患者完全知晓病情后,大多数人并不脆弱,不会轻易“精神崩溃”,经过医生告知其病情及治疗计划以后,会逐渐变得冷静,能够接受现实并正确面对,强烈的求生欲望会激发生命潜能,使他们迫切想了解自己的病情、积极

配合治疗并希望最终战胜疾病。在网络资讯发达的当下,疾病信息的来源更加多元化,病人从中汲取了很多正能量,此时家属要帮助患者去伪存真,如有疑问可咨询肿瘤科医生。建议病人和家属共同参与制订治疗方案,现在,我每周一下午、周三上午的专家门诊中,都会出现患者和家属与医生共同探讨治疗策略的情境。

**问:**众所周知,化疗是癌症治疗的基石之一,但是病人往往谈化疗色变,畏惧毒副作用。如何评价化疗与生存期、生活质量之间的关系?

**答:**化疗分为姑息化疗、辅助化疗和新辅助化疗,在肿瘤内科医师的指导下,严格掌握临床适应证施行。经过这些年的发展,高效低毒的化疗药物及靶向药物获得成功研发,患者不应该再排斥化疗,更不能将化疗“妖魔化”。对身体状况一贯较好的早中期肺癌患者抓紧时机积极配合医生接受多学科综合治疗,好转率很高。晚期肺癌患者如果已经出现恶液质,一般采取支持治疗对症处理,达到减轻癌痛等肿瘤相关症状,提高生活质量的目标。因此,化疗应当充分考虑患者病期、体力状况、不良反应、生活质量及患者意愿,避免治疗过度或治疗不足。及时评估化疗疗效,密切监测及防治不良反应,并酌情调整药物和(或)剂量。必须强调的是,治疗方案规范化和个体化的融合。目前肺癌的治疗仍以手术治疗、放射治疗和药物治疗为主。手术切除是目前临床治愈肺癌的唯一方法。放疗通常联合化疗治疗肺癌,因分期、治疗目的和患者一般情况的不同,联合方案可选择同步放化疗、序贯放化疗。化疗是贯穿在不同分期肺癌综合治疗中的重要治疗手段。

魏立

与「帕」为伴也能活出精彩

慢性病患者渴望获得正能量,尤其是那些就目前的医疗水平无法治愈、需终身服药的疾病,譬如帕金森病。帕金森病的正能量从哪儿来? 病友与疾病抗争的经验和体会,最能振奋精神,鼓舞人心。同样是帕金森病患者,为什么有些人依然能够活出精彩? 这很大程度上取决于个人积极乐观的生活态度、坚持科学的药物治疗和系统的康复锻炼。中华医学会神经病学分会帕金森病及运动障碍学组组长、上海交通大学医学院附属瑞金医院陈生弟教授指出,国内的帕金森病患者通过网络积极开展“帕友精彩生活领袖‘秀’”等各种互助活动,评选精彩生活“领袖”,树立阳光榜样,对鼓励病友们积极治疗、笑对人生起到了十分积极的作用。放眼世界,欧美等发达国家也已经有许多成熟的病友俱乐部及关爱项目,让病友们在漫漫治疗之路上相互扶助,彼此传递正能量,不断增强面对生活的勇气和信心。

目前我国已有超过 200 万帕金森病患者。帕金森病是一种慢性进展性的终身疾病,其运动症状表现为静止时肢体不自主地震颤,肌强直、运动迟缓以及姿势平衡障碍等,晚期会导致患者生活不能自理。而疾病后期发生的运动并发症,也使得疾病的治疗更加复杂。与此同时,有很大比例的帕金森病患者同时患有抑郁,因此非常需要心理疏导和来自他人的精神鼓励。

规范科学的疾病管理是帕金森病患者控制症状、延缓疾病进展的关键所在,也是帕金森病患者实现精彩生活的基础。在发病早期就应遵照中国帕金森病治疗指南的推荐用药,以期达到最佳疗效。很多欧美国家的帕金森病人通过科学的治疗,能够在患病后很长时间内维持原先的工作和生活质量。乔闯

## “五一送健康”活动

中医专家免费咨询号今起预约

五一期间,新民健康将邀请来自曙光医院、龙华医院、市中医院等 7 家三甲医院的 30 多位中医内科、妇科、皮肤病、骨科、男科、肿瘤、不孕不育专家,为 510 位读者免费咨询,需参加请拨打工作室电话 021-51095970 报名,名额有限,约满为止。

**部分专家:**  
内科:张云鹏(全国名中医)、李其忠(博导、

主任医师)  
妇科:胡国华(全国名中医、朱氏妇科传人)、何新慧(博导、何氏世医传人)  
皮肤:吴菊生(主任医师、顾氏外科传人)、万春发(副主任医师、顾氏外科传人)  
骨科:石关桐(主任医师、石氏伤科传人)、温德(主任医师、施氏伤科传人)  
男科:周家乐(主任医师)、阙钦林(中医泌尿科主任)  
肿瘤:陈熠(全国名中医)、钱心兰(副主任医师、钱氏肿瘤传人)

快速升高。目前“牛奶脱糖技术”已获中、美、俄等多国发明专利(中国发明专利号:ZL200780002090.6),可完美脱除牛奶中的乳糖分子,完整保留了牛奶中其他营养物质,包括蛋白质、钙、维生素和少量脂肪。在有关无糖食品标准中规定,每 100 毫升液体中总糖含量必须 0.5 克,才可以称为无或不含糖。上海康奶星乳品公司采用这一技术出品了真正的无糖牛奶,不仅是糖友们的福音,也是怕胖人士、乳糖不耐者放心畅饮的尚佳产品。

为回馈读者,新民健康工作室携手康奶星举行优惠活动,凡拨打 021-37595155(8:30-20:00)预订的读者,可获得优惠价 78 元/箱(原价 88 元/箱)的无糖牛奶。

## 糖友看过来,喝牛奶有讲究——无糖奶诞生了

新民健康回馈读者送出无糖牛奶

为达到饮食控制,不少糖尿病患者采取少吃或吃得很简单等办法,忽视了营养搭配和能量合理摄入,反而产生营养不良。专业人士建议每天吃一个鸡蛋、喝一杯牛奶维持营养平衡。糖尿病患者坚持喝适量牛奶,补充优质蛋白和钙,控制食欲,减少饭量,避免血糖波动。

但牛奶并非“完美”,牛奶中含有的乳糖属于高能量食物,摄入过多会使糖尿病人的血糖

## 找到肿瘤凋亡“神奇按钮”

晚期肿瘤患者,除手术、放化疗外,还有其他对策吗? 神奇的自然界是否存在“肿瘤天敌”? 科学家新近证实:已找到肿瘤凋亡“神奇按钮”!

绣球菌活性成分  $\beta$ -1,3-D-葡聚糖,主要通过刺激细胞因子的产生来对抗肿瘤,可诱导产生肿瘤坏死因子、GM-CSF 等。舞茸多糖 D 组分不仅能够抑制已经生成的肿瘤组织,对血运肿瘤细胞同样有抑制作用,直接、迅速改善晚期肿瘤患者临床症状和体征。(摘自《中国执业药

师》ISSN.1672-5433)  
天然生物治疗,减轻放化疗毒副作用,延长生存期。神奇药用菌高端成分强强联合,无疑启动了肿瘤自然凋亡的“神奇按钮”。

4 月 28 日-5 月 5 日科爱康复管理中心邀请多名资深肿瘤专家深度解析该成果最新应用,剖析疑难并做现场指导。

每天限 6 位,预约电话:64825988,地址:中科院上海生命科学院内漕宝路 500 号 9 号楼 1 楼。

### 张口抬肩 呼吸困难 胸闷憋气 猝死隐患

## 春天别让哮喘缠上你

春暖花开,支气管炎、哮喘也进入了高发阶段。这些患者发作时往往痛苦不堪、咳嗽不止、呼吸不畅、全身大汗淋漓,无法平卧,甚至休克,而且哮喘病情经常反复、缠绵不休。目前大多数患者在治疗过程中存在认识上的误区,认为哮喘无法“去根”,因此在急性发作时仅仅依靠急救药物,不重视缓解期的预防和治疗,不仅痛苦程度和经济负担不断增加,而且还要承受药物的副作用,病情却日趋严重。

### 哮喘发作有征兆

通常哮喘急性发作之前,身体都会出现一定的反应,最常见的就是胸闷、咳嗽、打喷嚏、流清鼻涕、鼻塞、流泪,甚至乏力、少语、情绪低沉等。有些女性会有“月经期哮喘”,也就是在月经来潮前 5-7 天哮喘会突然发作。而有很多患者会对冷空气“过敏”,冷风一吹就会诱发哮喘复发。

哮喘患者如不引起足够重视,自行盲目服滋补强身药,或止咳化痰药,不仅不能减轻症状,反而会因此延误和加重病情。儿童患者会影响生长发育,甚至发生肺气肿、慢性阻塞性肺部疾病和肺心病;成人患者则会影响就业和工作,严重者会发生猝死。所以,一旦出现哮喘类症状应及时就医。

### 哮喘治疗新理论

其实,祖国医学对于哮喘的防治早已

积累了极其丰富的经验。中医认为,哮喘宿根为“痰饮伏于内,胶结不去”,且患者往往存在肺、脾、肾三脏虚弱的情况,因此一旦气候变化,或感风寒,或淋雨受凉,“宿痰”为新邪引动,肺脏为外邪侵入,就会引起发病。

随着科技的不断进步,秉承祖国医学“祛外邪,疏肺气,清痰饮,调肺腑”的哮喘防治原则,结合中医“治本”西医“快速”两者优势的新的哮喘防治理论已得到了国际医学界的高度重视。

### 哮喘缓解期也要坚持治疗

目前国际医学界公认哮喘是“三大必须终身用药疾病之一”,尤其在缓解期时坚持用药对控制哮喘发作意义重大;中医认为,哮喘是一种正虚邪实的病症,在急性发作阶段,患者往往气促喘鸣,而喉间痰鸣正是邪实为正的实证,此时因宜肺化痰、降逆平喘,及时有效治疗。而在哮喘缓解期,则可从补肺、润脾、健脾入手改善病人体质,调节免疫功能,大大减少哮喘的复发。因此,病人应选择有专业背景、有特色专科的医院制订长效治疗方案,这是从根本上控制哮喘的重要保证。

此外,哮喘患者应在冷热交替的季节注意保暖,并适度锻炼,增强体质,提高免疫功能也是缓解哮喘的重要环节。

文/舒东

## 上海港华医院 呼吸内科

沪医广【2014】第04-17-C99号 自2014年4月17日至2015年4月16日止

地址:上海市淮海西路282号、286号 联系电话:021-62940057