

新民健康

为了让市民更好地关注口腔健康，新民健康送出爱牙大礼包！只要关注新民健康(微信号:xinminhealth)，并转发本活动微信至你的朋友圈，截图回复，就有机会领取爱牙大礼包一份！每周抽取5位幸运读者，共100个名额，你还在等什么？快来参加吧！



扫一扫就能订制“贴身医护顾问”

本报新民健康工作室主编 | 总第 125 期 | 2016 年 8 月 10 日 星期三 责任编辑:潘嘉毅 视觉设计:竹建英 编辑邮箱:xmjk@xmw.com.cn

长期喝酒易患食管癌？定期胃镜检查可尽早发现

◆ 叶雪菲

都说喝酒伤肝，其实长期喝酒还会致癌。网络曾流传，“喝酒脸红的人更易患食管癌”。据说，喝酒脸红的人因为基因缺陷，乙醛不能转化掉。这类人喝酒时，乙醛会在人体内迅速积聚，人体会出现脸红、心跳快等反应，乙醛本身就具有刺激性，会引发细胞病变。喝酒脸红的人真的更易患食管癌吗？复旦大学附属中山医院消化科主任、复旦大学附属中山医院徐汇医院消化科学科带头人沈锡中指出，虽然喝酒脸红易患食管癌尚待进一步研究证实，但相对于不喝酒的人来说，长期喝酒的人患食管癌的几率会大很多。因此，长期有喝酒习惯人群应定期进行胃镜检查，尽早发现患病可能。

长期烟酒相伴小心癌“上门”

据介绍，有些人喝酒容易脸红是因为体内缺少一种酶，喝酒脸红与食管癌发生之间的相关性有待进一步研究。但相对于不喝酒的人来说，喝酒的人患食管癌的几率会增加。酒精是多种肿瘤发生的高危因素，包括食管癌，尤其是高度酒。高度酒会烧伤食道黏膜引发炎症，反复炎症后造成细胞癌变，从而导致食管癌。此外，烟酒对胃也不好，同时拥有吸烟、饮酒等不良习惯的人，食道癌和胃癌的患病风险会更大。还有不少人喜欢将滚烫的食物直接往嘴里送，比如很多人爱吃的火锅、麻辣烫等，这种饮食习惯也存在着危险因素。食道黏膜反复烫伤、增生、修复，就会引起黏膜质的变化，可能诱发癌变。

因此，无论喝酒后“脸红”还是“脸白”，经常酗酒，患食管癌的可能都会大大增加，“但是不能说喝酒喝多了就一定会得食管癌。不



沈锡中
主任医师、教授、博士生导师
复旦大学附属中山医院消化科主任、复旦大学附属中山医院徐汇医院消化科学科带头人。
中华医学会消化化学会委员，中国中西医结合肝病学会副主任委员，上海医学会消化专业委员会副主任委员，上海医学会肝病学会委员。
主持 863 课题、国家自然科学基金、上海市科委攻关课题、上海市教委课题等多项研究工作。发表学术论文 50 余篇，参与编写包括《实用内科学》、《上海市内科学诊疗常规》在内的专著共 8 部。曾获上海科技进步二等奖及教育部科技进步二等奖和教育部科技进步二等奖(第一完成人)。
擅长胃肠疾病和慢性肝病的诊治
门诊时间:周二上午(东院)、周三上午(东院)、周四下午(东院)

过，喝酒对胃、胰腺都有伤害，尤其是对肝的伤害很大。”沈锡中特别提醒，有抽烟喝酒等不良饮食习惯者，一旦进食中出现吞咽不畅，或有异物感，或出现连续性打嗝，长时间不缓解等异常表现的，应引起重视，积极到正规医院做检查。

喝酒呕吐易使胃酸刺激损坏食道

朋友聚会，无酒不欢，在很多酒吧、KTV 等娱乐场所，喝酒过量导致呕吐的人并不少见，且以年轻人居多。在一些娱乐场所的周边，经常看到不少酒友蹲在路边狂吐。还有人为了在朋友们面前体现有酒量，干脆在卫生间里用手抠嗓子催吐，吐过之后接着上桌喝。

对此，沈锡中指出，这种方法不可取。因为经常有人发现呕吐中有血丝，严重的甚至呕血，其实食管或胃已经因饮酒受到损伤了，长期可能导致食道癌。

提起酒后吐血的病人在临床上并不少，尤其是用手指头抠嗓子催吐，非常容易造成喉部的损伤，造成出血，严重的会发生贲门撕裂，出血量可大可小，少的表现为血丝痰，严重的就会吐血，从几十毫升到上百毫升不等，甚至因出血过多危及生命。沈锡中解释，酒精进入食道后，食道会有烧灼感，特别是高浓度的酒精对食道和胃黏膜的刺激都非常明显，这就能够造成食道的充血、水肿、糜烂。时间长了可能会造成烧伤，食管就会发生急性炎

夏季妇科疾病高发，绝经后阴道出血警惕患上肿瘤

◆ 叶雪菲

夏季潮湿闷热的天气，各种病原体开始活跃起来，为妇科疾病打开了“方便之门”。一旦女性的抵抗力下降，就很容易引发炎症。复旦大学附属中山医院徐汇医院妇科主任、学科带头人李敏表示，夏季容易发生妇科病，主要是因为天气和人为两个方面的因素。炎热的天气易滋生细菌和霉菌，引起二次感染；而过度清洁会破坏阴道的自然环境，睡眠不足、贪凉等生活习惯都会使机体抵抗力下降，易诱发妇科疾病。此外，女性还应警惕月经期外阴道出血，很可能是肿瘤的早期现象，因尽早检查以及时诊治。

女白领太爱干净易患阴道炎

32 岁的陈小姐最近为外阴瘙痒而感到非常苦恼，去药店买了一支中成药的洗剂用了后，症状似乎没有缓解，只能请假到医院就诊。经过检查后，陈小姐证实了自己的预感：她患上了霉菌性阴道炎。不过，她非常惊讶，“平时都非常注意个人的清洁卫生，还经常用洗液清洁，怎么就患上阴道炎了呢？”

目前，市面上很多女性热衷于给自己使用洗护用品，尤其是各种妇科清洁消毒剂、消毒护垫等，天天冲洗阴道，真的“洗洗就更健康”了吗？李敏教授指出，太清洁了，也会得阴道炎。因为正常阴道内有很多正常菌群，但它们却不致病，这是因为女性阴道内有一种被誉为“阴道健康卫士”的乳酸杆菌，担当着抵抗外来病菌侵袭和阴道自洁的重要使命。但是，如果体内雌激素水平降低或阴道 pH 值升高或机体免疫力低下时，就会破坏天然的自洁功能，使其他致病菌成为优势菌，从而引起阴道炎症。而天天采取阴道灌洗，就会使阴道 pH 值升高，这也不利于乳酸杆菌的生长，抗



李敏
主任医师、教授、留德医学博士、硕士研究生导师、复旦大学附属中山医院徐汇医院妇科主任、学科带头人。
卫生部妇科内镜培训基地和盆底训练

基地教师，美国妇产科协会 AAGL 会员，中华妇产科学会上海分会盆底学组秘书。
从事妇产科医、教、研工作 20 余年，留学德国慕尼黑工业大学医学中心（妇科肿瘤）专业，曾师从国内外知名专家学习腔镜及盆底重建技术，具有扎实的理论基础和丰富的临床诊治经验，创建卫生部内镜培训基地和盆底训练基地。
担任《中华临床医师杂志-电子版》审稿专家。发表国家级核心期刊 30 余篇，其中 SCI8 篇。参与国家自然科学基金及省级科研基金，发明实用新型专利 4 项，获得区卫计委领军人才。
熟练掌握妇产科常见病和疑难病症的诊治，尤其在腹腔镜、宫腔镜、盆底重建微创诊治技术方面具有显著优势，实现万例以上手术无事故。
专家门诊时间:周一上午
特需门诊时间:周三上午

乱了正常的阴道环境，所以，天天冲洗爱干净却患上阴道炎也不足为奇。而治疗阴道炎症，关键在于找准病因，切忌乱用抗生素，也不要自己买消炎药或药水冲洗。因为阴道炎有好几种类型，有一些炎症的症状还很相似，需要精密的检测和医生的经验才能准确判断，科学治疗。

更年期后阴道出血当心患上子宫内膜癌

56 岁的张女士原本患有糖尿病和高血压病史，不久前发现阴道突然有点状和带状的

少量渗血，但因每年定期做子宫颈抹片报告都很正常，以为是更年期的荷尔蒙失调才会出血，拖了半年后出血次数越来越频繁，甚至从原本的血丝变成血块，到医院接受腹部超声检查发现子宫内膜出现增厚的情况，经转诊接受切片检查确定是早期子宫内膜癌。李敏介绍，绝经后子宫出血的现象是常见的老年妇女疾病之一，老百姓俗称“倒开花”。绝经后出血是女性生殖道恶性肿瘤的危险信号，是癌症的一种征兆。绝经后出血没有明显的周期性，出血量多少也不规则，它和正常月经有明显区别，像早期宫颈癌、子宫内膜癌的出

血量就不大，发生率不高却很危险。一般来说，绝经后出血患者年龄越大，出血时间距绝经年龄越远，其恶性肿瘤的发生率越高。反之，绝经后时间短，年龄较小的妇女，绝经后出血一般是良性疾病引起的。

73%—90%的子宫内膜癌患者会出现阴道出血或阴道排液症状，对未绝经的女性，可表现为月经量增多，经期延长或月经周期紊乱。由于这些症状一般在疾病早期出现，因此，只要早发现、早治疗，即可在疾病早期得到诊断治疗，从而获得良好的预后。

午间门诊不间断守护女性健康

“医生不仅要会做手术，现代医学应该让病人参加进来，与医生一起制定医疗方案，这样才能既治疗了疾病，又能满足病人的生活需求。”李主任发现，来徐汇医院妇科治病的病人以及家属，具有较强的参与感，都希望与医生进行尽可能多的沟通交流，对病情进行全面的了解。“有位病人的老公，几乎把各种问题都想到了，把我和我们科室摸了个透，这才告诉我说，他可以放心地把太太交给我们治疗。”目前，徐汇医院妇科在医院研发的就医咨询客户端——云医院 APP 上也开设了专属频道，为更多网上咨询患者提供全面周到的服务。

此外，复旦大学附属中山医院徐汇医院坐落于上海最繁华的商业圈，是魔都白领们的集中地。鉴于白领们的快节奏，徐汇医院妇科为了配合白领们的时间，由留德博士李敏主任领衔，包括妇科高年资主治医师以上共四名医生，每周三中午门诊不停诊，提供关于各种妇科疾病的咨询、诊治及女性健康的指导。