

新民健康

更多咨询请加入“上海名医”、“新民健康”微信公众号
或拨打新民健康会员中心热线

021-80261680

(10:00-17:00)



本报新民健康工作室主编 | 总第 190 期 | 2017 年 12 月 20 日 星期三 本版策划: 叶雪菲 视觉设计: 薛冬银 编辑邮箱: xmjk@xmwb.com.cn

复旦大学附属中山医院徐汇医院肿瘤科学科带头人刘天舒——

早期发现才是肿瘤良药 及早介入康复可改善预后

叶雪菲

■专家简介



刘天舒

主任医师、教授、博士生导师
复旦大学附属中山医院肿瘤内科主任、复旦大学附属中山医院徐汇医院(上海市徐汇区中心医院)肿瘤科学科带头人

中华医学会临床流行病学与循证医学分会委员,上海市医学会临床流行病学专科分会第六届副主任委员、候任主委,中国抗癌协会胃癌青年委员会第一届委员会副主任委员,中国老年学和老年医学学会肿瘤康复分会第一届常委。以第一作者或通讯作者发表 SCI 论著 40 余篇。

专注于消化道肿瘤的临床与基础研究,参与并主持多中心临床研究 20 余项,主持国家自然科学基金项目 1 项,先后获得上海市科委资助课题 3 项,相关工作曾获国家科技进步二等奖,上海市科学技术一等奖,擅长胃癌、肠癌、转移性肝癌及其它恶性肿瘤的内科治疗。

■专家简介



侯安继

主任医师、医学博士
复旦大学附属中山医院徐汇医院(上海市徐汇区中心医院)肿瘤科执行主任

中国抗癌协会临床肿瘤学协作委员会会员,上海市中西医结合肿瘤专业委员会委员,上海市中医药学会肿瘤专业委员会常务委员,上海市抗癌协会传统医学专业委员会委员,《肿瘤防治研究》编委。承担省部级课题 10 余项,获省部级科技进步奖 4 次,以第一作者或通讯作者发表论著 60 余篇,出版专著 20 部。

擅长肿瘤中西医结合综合治疗,在运用多学科手段治疗中晚期恶性肿瘤方面具有丰富经验,尤其注重肿瘤个体化治疗和倡导肿瘤绿色疗法。近年来开展了中医综合治疗肿瘤诊疗项目,含中药介入、针灸、热疗、定向透药、敷贴等,取得了较好的临床效果。

理,才是实现患者长期生存的目标。”侯安继介绍,适度地抗肿瘤,加上适当的维持治疗,中医调理,使患者的生活质量得到了极大改善。

近年来,结直肠癌发病率和死亡率在我国逐年升高,在大中城市已成消化道排名首位的恶性肿瘤。复旦附属中山医院肿瘤科主任、复旦附属中山医院徐汇医院(上海市徐汇区中心医院)肿瘤科学科带头人刘天舒教授表示,目前人类医学仍无法完全征服肿瘤,因此早期发现对肿瘤患者而言尤其重要。此外,人们往往认为康复应在治疗后进行,其实先进的康复理念应是从术前即开始介入。康复并不仅限于术后,应开始于围手术期,并贯穿整个肿瘤治疗全程。

体检中最容易忽略的是普通的粪便隐血试验。刘天舒教授指出,粪便隐血试验能够检测出 50%~60% 的大肠癌和 30% 左右的癌前腺瘤。有些人觉得粪便隐血试验存在“假阳性”可能,即使检查结果有问题,也不愿意接受肠镜的进一步检查,这种想法是错误的。由于生活水平的提高,大肠癌的发病率逐年提高。临床中经常可见一再延误至便血,甚至急性腹痛肠梗阻发作,才得以明确诊断的结直肠癌患者。

刘教授坦言,尽管粪便隐血试验价廉,易操作,如痔疮、胃溃疡、小肠出血都可能会导致假阳性,因而粪便隐血试验的准确性不是非常高。而肠镜作为筛查大肠癌最重要检查手段,能对肠道进行直接观察,尤其是对于反复数次粪便隐血试验都是阳性的患者,一定要进一步肠镜检查。专家建议,50 岁的普通人群如果从未做过肠镜,即使没有任何症状,也要做一次肠镜检查,如果没有异常可 5 年后再做一次。如果有大肠癌家族史,40 岁或更早就应该进行肠镜检查。

个体化治疗更精准

近年来,外科手术越来越向微创化方向发展;抗肿瘤药物中新的靶向药层出不穷;传统的放疗也正朝着精细化的方向发展。面对不断推陈出新的治疗方法,许多患者尤其是刚刚发现肿瘤的患者,很容易陷入迷茫,到底哪一种方法对自己更实用?刘天舒教授认为,选对医生,选对首次治疗方法非常重要。先手术还是先化疗,结果可能大相径庭。只有根据患者自身的情况进行多线治疗,才能最大程度地对抗肿瘤。而对于那些病情十分复杂,尤其是站在治疗的十字路口不知究竟该如何走的患者来说,多学科综合诊治模式是一种很好的治疗模式。

多学科综合治疗模式能打破不同科室之间的界限,由来自外科、肿瘤内科、放疗科、放射科、病理科、内镜中心等多个相关科室的医生组成工作组,根据患者的身心状况、肿瘤的具体部位、病理类型,有计划、有步骤地合理应用现有的多学科各种手段开展治疗。“多学科综合诊治模式让各科的医生们不再单打独斗,而患者也不必在各种治疗选择中纠

及早介入康复更有效

提到康复,多数人的印象都会聚焦在心脑血管或骨科领域,其实对于肿瘤患者,及早介入康复治疗,可降低患者术后并发症发生率,改善患者生活质量。

刘天舒教授介绍,快速康复外科理念在国外已较为普及。这是指在术前、术中及术后应用各种已证实有效的方法以减少手术应激及并发症,加速病人术后的康复,它是一系列有效措施的组合而产生的协同结果。在围手术期,采取包括术前与患者充分交流、无需口服抗生素和肠道准备、无需术前禁食、无需麻醉前用药、无需常规放置胃管、采用胸段硬膜外麻醉和镇痛、采用尽量小切口、无需常规放置引流;术中注意保温、控制补液量;术后早期离床活动、术后口服非阿片类止痛药、术后预防恶心呕吐、术后促进胃肠蠕动、术后早期拔除导管、围手术期口服营养支持、审查患者依从性等等。与此同时,结合中国传统医学,采用泡饮中药大黄、足三里穴位注射等,来预防肠梗阻和促进术后肠道功能恢复。

复旦大学附属中山医院徐汇医院肿瘤科执行主任侯安继——

久坐、西式快餐或招来肠癌 癌症治疗不宜盲目听信传言

叶雪菲

■专家简介



侯安继

主任医师、医学博士
复旦大学附属中山医院徐汇医院(上海市徐汇区中心医院)肿瘤科执行主任

中国抗癌协会临床肿瘤学协作委员会会员,上海市中西医结合肿瘤专业委员会委员,上海市中医药学会肿瘤专业委员会常务委员,上海市抗癌协会传统医学专业委员会委员,《肿瘤防治研究》编委。承担省部级课题 10 余项,获省部级科技进步奖 4 次,以第一作者或通讯作者发表论著 60 余篇,出版专著 20 部。

擅长肿瘤中西医结合综合治疗,在运用多学科手段治疗中晚期恶性肿瘤方面具有丰富经验,尤其注重肿瘤个体化治疗和倡导肿瘤绿色疗法。近年来开展了中医综合治疗肿瘤诊疗项目,含中药介入、针灸、热疗、定向透药、敷贴等,取得了较好的临床效果。

理,才是实现患者长期生存的目标。”侯安继介绍,适度地抗肿瘤,加上适当的维持治疗,中医调理,使患者的生活质量得到了极大改善。

一提起肿瘤治疗,许多人都会联想到大把大把的脱发、疼痛等,甚至拒绝治疗。复旦附属中山医院徐汇医院(上海市徐汇区中心医院)肿瘤科执行主任侯安继表示,其实癌症也可“绿色治疗”,针对不同个体制定个性化方案将为患者减少痛苦,进一步提高肿瘤患者的生活质量。而随着中医药在国际医学界被越加重视,中西医结合治疗也成为肿瘤治疗的发展方向之一。

久坐、西式快餐 增加患癌风险

33 岁的秦先生是一位程序员,每天在电脑前一坐就是 6、7 个小时。长期工作压力下,钱先生还喜欢吃各种西式快餐节省时间,日常更是可乐不离身。在今年体检中,秦先生被查出了早期肠癌。这让秦先生十分惊讶,为什么自己这么年轻就患上了癌症?

肠道肿瘤与日常饮食习惯息息相关。侯安继指出,随着饮食和生活方式的西化,“高蛋白、高脂肪、高热量、低纤维素”的饮食习惯使得结直肠癌的发病率显著增长。饮食中应尽量避免过多摄入“三高”的食物,坚持健康均衡的饮食习惯,粗纤

维饮食可以改善排便状况,远离结直肠癌。

另外,研究显示,日常久坐增加了结肠癌的发病风险。这是因长期久坐,肠道蠕动减弱减慢,粪便中的有害成分,包括致癌物,在结肠内滞留并刺激肠黏膜;再加上久坐者腹腔、盆腔、腰骶部血液循环不畅,可导致肠道免疫屏障功能下降,这些都增加了结肠癌的发病风险。保持适当的运动,也可以改善排便的状况。

盲目拒绝治疗不可取

“肿瘤医生平时被询问最多的,就是有关化疗的诸多疑问。由于听信种种传言,有些患者在化疗时十分忐忑,甚至拒绝化疗”。在侯安继看来,肿瘤患者在治疗过程中最忌讳的就是道听途说。每个人的病情都不尽相同,听信传言、秘方,往往影响正规治疗。

其实,根据肿瘤治疗中所起的作用及目的,化疗可分为以下几种:一是新辅助化疗,一般是在围手术期,也就是在术前进行化疗,使肿瘤缩小后再手术,能达到缩小病灶和降期的目的,以延长患者的生存期;二是辅助化疗,为术后重要的治疗措施;三是作为综合治疗中的一个环节,如放

疗化疗同时或序贯使用时,化疗可增强放疗的局部作用。四是在晚期患者中的姑息化疗,减轻肿瘤带来的症状,改善生活质量,延缓疾病发展。

由于化疗在杀伤肿瘤细胞的同时,会对机体正常组织细胞产生相应的毒性。因此对于化疗,最让患者和家属担心的还是呕吐、恶心、骨髓抑制等副作用。侯安继认为,这些担心其实大可不必,目前已有不少药物能帮助减轻化疗所带来的不良反应。医生进行化疗时,会预测并监测可能发生的不良反应,合理使用辅助药物来改善这些不良反应,并相应调整治疗计划。

中医综合治疗 在肿瘤领域大有可为

约有 90% 的肿瘤患者会寻求中医治疗,包括中药、针灸、热疗、敷贴等等,与化疗药的毒副作用相比,中医综合治疗可谓“绿色疗法”,是当今治疗肿瘤的综合手段之一。但要正确认识中草药的毒性作用,不可片面认为中药无毒,在专业中医的正确辨证治疗下,可充分发挥中医药在肿瘤领域的优势。如中药对化疗的减毒增效作用,针灸的止痛止呕作用,热疗对恶性胸腹水

的控制等方面都取得了很好的临床效果。“肿瘤的绿色疗法涉及多学科合作,人员结构不再是单一的肿瘤化疗,而是由肿瘤内科、肿瘤介入、微创治疗、中西医结合等人员组成,可为患者提供除化疗和靶向治疗之外的解决方案。”侯安继表示,“绿色疗法”能够进一步提高病人的生存质量,延长病人的生命,同时又减轻放疗化疗所产生的副作用。以热疗为例,大量临床病例表明,患者在肿瘤热疗机治疗下,其肿瘤细胞在 39℃~40℃ 时,其活性受到抑制,并增加凋亡的趋势;在 40℃~42℃ 时,肿瘤细胞会严重受损,并可在较短的时间内死亡。通过改变肿瘤细胞所处的环境,并使其变性、坏死,而对人体几乎无损伤。

对于许多癌痛患者,可尝试中医针灸。针灸可起到镇痛、止吐、缓解腹胀等作用,一定程度上改善胸腹水等并发症;中医滚针也对癌痛具有一定效果,可加速局部药物吸收,缓解手脚麻木等现象;中药敷贴可消胀、止痛、通便;中药定向透药可止痛、消炎。

“对于无法彻底消除的肿瘤,通过中西医结合措施使患者实现带瘤生存,使肿瘤像糖尿病、高血压那样,成为一个慢病,并加以适当管