

# 康健园



扫码关注新民康健园官方微信

本报专刊部主编 | 第 713 期 | 2018 年 11 月 5 日 星期一 本版编辑: 潘嘉毅 视觉设计: 戚黎明 编辑邮箱: pjy@xmwb.com.cn

## 如何与转移性乳腺癌“共存” 坚持个体化规范疗法与诊疗康复一体化

模特秀、弹古筝、舞蹈、独唱、朗诵……舞台上清一色女性，个个妆容精致，充满活力，丝毫看不出光阴已经在绝大多数表演者身上掠过了半生。这场粗看像综艺节目海选现场的文艺展演，其实是“爱携航”乳腺癌患者风采大赛总决赛。在乳腺癌患者人群中，规范治疗、科学康复、人文关怀的抗癌理念已经深入人心，在此基础上，“个体化规范疗法与诊疗康复一体化”将进一步提升我国乳腺癌患者生存率和生活质量。“爱携航”乳腺癌患者风采大赛是由中国健康教育中心指导，中国抗癌协会康复会等机构于日前举办的。



分患者也可降低疾病进展或死亡风险，同时相比化疗毒副作用更低。临床研究显示，晚期转移性乳腺癌患者，如果药物治疗有效，也没有出现耐药性，建议长期用药。鉴于新形势下我国对创新药物审批加速，预计不久的将来，国内转移性乳腺癌患者也将获益于 PARP 抑制剂靶向药物。

乳腺癌患者如何知晓自己属于哪种基因亚型呢？中国医学科学院肿瘤医院内科主任徐兵河教授指出，基因检测是选择治疗方案的参考依据。BRCA 基因检测对晚期转移性乳腺癌临床意义重大。BRCA 基因分为 BRCA1 和 BRCA2，两者中任何一个发生突变或改变，DNA 的损伤就可能无法正确修复，使得细胞稳定性受损，更可能发生额外的基因改变而导致癌症的发生和转移。35 岁以下罹患乳腺癌、双侧乳腺癌、有肿瘤家族史的患者，务必进行 BRCA 基因检测。家族史主要指患者有罹患胰腺癌、卵巢癌、前列腺癌的亲属。BRCA 检测可辅助评估乳腺癌患者的转移风险以及预后，帮助医生根据患者的基因特点来确定精准的治疗方案。

### 科学康复贯穿抗癌全程

科学康复是全方位的，既包括合理的药物干预，也包括科学运动、营养、心理干预、社交等手段。从参赛选手的风采可以看出，生存时间长、生活质量高的乳腺癌患者有以下共同点：首先，她们很好地配合了医生的治疗，遵从医嘱坚持随访和长期用药，比如对于激素受体阳性的乳腺癌患者，长期坚持内分泌治疗可以有效延长患者生存期，提升患者生存质量。其次，她们很好地践行了全方位科学康复的理念，最终健康生活状态完全不亚于普通人。

为了更好地帮助和指导乳腺癌患者重获新生，专家呼吁，医院、癌症康复组织、基层卫生服务机构等多方力量应该联合起来，建立一个完整的乳腺癌患者支持体系，最终实现乳腺癌诊疗康复一体化。  
潘嘉毅

### 转移性乳腺癌预后差

今年 1 月权威医学期刊《柳叶刀》发表 2000-2014 年全球癌症生存状况的数据显示，我国 83.2% 乳腺癌患者在确诊后生存五年以上，是中国生存率最高的癌症。尽管总体生存率乐观，晚期转移性乳腺癌的生存率并不高，全球只有 22% 左右。另外，某些乳腺癌亚型，比如三阴性乳腺癌，生存率非常低。

复旦大学附属中山医院乳腺疾病多学科带头人张宏伟教授介绍，驱动乳腺癌生长的三种受体分别是雌激素受体 (ER)、孕激素受体 (PR) 及人表皮生长因子受体 2 (HER2)。有一部分患者，不仅没有 HER2 的过度表达，连 ER/PR 也都是阴性的，这就是人们闻之色变的“三阴性乳腺癌”。三阴性乳腺癌占有所有乳腺癌的 15%-20%，多见于年轻患者，复发几率和远端转移几率均高于非三阴性乳腺癌。由于缺乏有效的治疗，目前只能进行放化疗

治疗，预后很差。令人欣喜的是，最近美国 FDA 批准 PARP 抑制剂靶向药物奥拉帕利用于治疗携带 gBRCA 突变的且 HER2 阴性的转移性乳腺癌患者，这部分患者就包括三阴性乳腺癌。

### 基因检测指导个体化治疗

转移性乳腺癌是乳腺癌的最晚阶段，在这一阶段，癌细胞已经扩散到乳房以外的其他部位，最常见的是肺部、脑部和骨骼。在乳腺癌总体生存率提高的今天，晚期转移性乳腺癌的临床治疗亟待升级。

根据最新的临床数据，与标准化疗相比，奥拉帕利将总的疾病进展或死亡风险降低 42%，为转移性乳腺癌的治疗带来了曙光。另一部分 HER2 低表达、ER/PR 是阳性的患者以内分泌治疗为主，但当患者内分泌治疗耐药或无法接受内分泌治疗时，以往只能接受化疗，奥拉帕利对于携带 gBRCA 突变的这部

### 身边提示

许多患者因咽痛不适来耳鼻喉科就诊时，经常会询问：“医生，慢性咽炎会不会变成癌？”“喉咙痛是不是癌的早期表现？”而事实上，进展期咽喉癌因手术时切除重要的脏器——喉咙，而致患者低声甚至无声，让患者闻之色变。

确实，咽喉癌的发生与常见咽喉部疾病如咽炎有一定的共性，如都好发于吸烟的中老年男性，但从疾病的性质上说，咽喉癌是进展极快的恶性肿瘤，而咽炎多较为稳定，与饮食环境相关性比较强，所以两者在疾病发展上有较明显的差别。

那么咽喉癌的预警症状是什么呢？如何与咽炎区别呢？咽炎可分为急性咽炎与慢性咽炎，两者病程不同。急性咽炎的主要症状是起病急，初起时咽部干燥、灼热；继而疼痛，吞唾唾液时咽痛往往比进食时更为明显；可伴发热、头痛，食欲不振和四肢酸痛；侵及喉部，可伴声嘶和咳嗽。慢性咽炎的主要症状是咽部不适、干、痒、胀，每年至少 2 月，分泌物多而灼痛，易干呕，有异物感，咯之不出，吞之不下。以上症状尤其在说话稍多、食用刺激性食物后、疲劳或天气变化时加重。

咽喉癌一般包括喉癌和下咽癌，因发病部位不同，症状也有所不同。总体而言，如果出现了下列症状，应加以警惕，及时去正规医院就诊：① 长期不愈的声音嘶哑 (1 月以上)；② 吞咽疼痛久治不愈，咽喉癌表面溃疡出血时痰中带血；③ 吞咽困难，下咽肿瘤持续长大阻碍食物通过；④ 呼吸困难，喉部肿瘤太大时呼吸道阻塞；⑤ 颈淋巴结肿大，发生于淋巴转移时。此时，应及时通过电子纤维喉镜检查排查咽喉部有无肿瘤的发生，早发现早治疗，以争取更好的疾病预后及生活质量。

徐吉 (上海交通大学医学院附属仁济医院耳鼻喉科咽喉肿瘤专科门诊)

## 咽喉癌五大预警症状

## 肩痛者自测“冻结肩”

### 康复有道

50 岁的李女士 7 个月前出现右肩部疼痛不适，逐渐加重，严重时夜间痛醒。刚开始还只是影响右手搓背、扣胸罩，可最近一个月虽然疼痛有所减轻，但右肩活动却越来越差，竟然连料理个人卫生都很困难。李女士去医院就诊，医生告诉她患了“冻结肩”，她感到很困惑，自己没有受过冻，怎么就“冻结”了呢？

“冻结肩”顾名思义就是肩部像被冻住了，僵硬而无法活动，这种现象也被称为“肩关节粘连”，原因有很多，比如外伤、手术、炎症等。“冻结肩”又特指在 50 岁左右，没有明显诱因的情况下出现的肩关节疼痛、僵硬、活动受限。因此，也有人称之为“五十肩”，在 45-65 岁的人群中很常见。

“冻结肩”虽然对生活影响很

大，但却是一种自愈性的疾病，也就是说不治疗都可以慢慢好转。一般在病程上分为三个时期：

1. 疼痛期，持续 6-9 个月，主要表现为肩部疼痛，活动时加重；
2. 僵硬期，疼痛会逐步缓解，但是肩关节活动明显受限，很多动作无法完成，并常持续 9-12 个月；
3. 为 9-12 个月的缓解期，肩关节僵硬逐渐好转，手又可以抬起来了，就像坚冰融化一样。因此，最多 2-3 年症状就可以得到明显改善。

肩痛者如何自我判断“冻结肩”呢？首先，帮助肩痛者把手臂抬起来，抬得越高越好，如果患侧手臂能轻易被抬过头顶，肯定不是“冻结肩”。其次，将肘关节弯曲 90°，紧贴腰部不能离开或请其他人帮忙按住，同时将前臂向外旋转，如无法旋转或旋转时明显疼痛者，高度怀疑“冻结肩”。

陈世益 (主任医师) 陈疾忤 (主任医师) (复旦大学附属华山医院运动医学科) 本版图片 TP

### 医护到家

众所周知，高胆固醇跟动脉粥样硬化疾病 (例如冠心病) 是高度相关的。可以说没有胆固醇就没有动脉粥样硬化，没有胆固醇就不会引起冠心病、脑卒中。一般情况下，高胆固醇形成是长年累月的长期过程，是和年龄增长相关的疾病，常见于中老年人群。但是临床上有一部分青少年期就发生心绞痛或心肌梗死的病例，这些患者通常在 20-30 岁之前死亡。经检查，患者血清中的总胆固醇水平高出正常人 6-8 倍。

人们不禁要问：这些患者的高胆固醇是天生的吗？确实。医学界从基因层面发现了病因，学名叫做纯合子型家族性高胆固醇血症。患者生来携带分别来自父母突变的基因，从小胆固醇就非常高，并开始长皮肤黄色瘤、脂性角膜弓等，年纪轻轻就有动脉硬化。这个病的实质是一种常染色体 (共) 显性遗传代谢病。作为罕见病，患者根本想不到有这个病，通常因黄色瘤而到皮肤科首诊。可是大部分皮肤科医生也不

## 年轻人胆固醇过高 查查家族性遗传病



认识这个病，误诊误治，吃激素、打激光、手术切除用了一大通，不仅徒劳无功，还错失治疗时机。

首都医科大学附属北京安贞医院动脉粥样硬化研究室王绿斌教授指出，纯合子型家族性高胆固醇血症应在心内科就诊，其治疗关键是降低胆固醇。纯合子型患儿的 LDL-C (低密度脂蛋白胆固醇) 起码要降到 6.5mmol/L，可是仅凭饮食

控制和口服药物治疗，LDL-C 的降低很难实现，连目标值的一半都做不到。如今，PCSK9 抑制剂依洛尤单抗注射液在中国获批用于治疗成人或 12 岁以上青少年纯合子型家族性高胆固醇血症。PCSK9 基因突变是继 LDLR 突变、apoB 基因缺陷之后第二个家族性高胆固醇血症的致病基因。依洛尤单抗通过抑制 PCSK9 与低密度脂蛋白胆固醇受体的结合，增加了能够清除血液中低密度脂蛋白的受体数目，从而降低 LDL-C 水平，在现有他汀治疗基础上进一步降低 30% 以上，这给纯合子患者的康复带来了希望。柏豫

**上海夕阳红口腔门诊部**  
电话: 62490819 62498957  
地址: 上海市静安区北京西路 1701 号 204 室