

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 129 期 | 2016 年 9 月 7 日 星期三 责任编辑: 潘嘉毅 视觉设计: 竹建英 编辑邮箱: xmjk@xmwb.com.cn

肺部阴影≠肺癌, 五类高危人群需谨慎

◆ 叶雪菲

【专家简介】



王葆青
主任医师、副教授

复旦大学附属中山医院临床微生物和医院感染控制中心副主任、复旦大学呼吸病研究所肺部感染研究室副主任、复旦大学附属中山医院徐汇医院/上海市徐汇区中心医院副院长、呼吸科主任

中华医学会感染病学会细菌和真菌病学组委员, 上海医学会感染与化疗学会委员,《中国真菌学杂志》编委,《中华医学杂志(英文版)》和《中华结核和呼吸杂志》等中华系列杂志特约审稿专家。

擅长呼吸系统疾病尤其是肺部感染性疾病、肿瘤等的临床诊断和治疗。

专家门诊时间:周一(东院)、周三上午(东院)

特需团队门诊时间:周五下午

余荣环(复旦大学附属中山医院徐汇医院呼吸科执行主任)门诊时间:周一上午

每当看到体检报告上“发现肺部结节阴影,肿瘤不能除外,建议随访”的字样,许多人都担心自己是否患上了肺癌。复旦大学附属中山医院呼吸科教授、复旦大学附属中山医院徐汇医院/上海市徐汇区中心医院副院长王葆青主任医师表示,其实“肺部阴影”并非一定意味着就是肺癌,市民不必过度紧张。表现为“肺部阴影”的疾病很多,除有肺癌外,还包括肺部各种肉芽肿、肺部炎症、良性肿瘤、血管瘤等等。通常需经不同的处理方法,以明确其病因。

五类人群出现肺部阴影不可忽视

28 岁的小李最近拿到了单位下发的体检报告,但胸部 X 线报告的一句表述把他吓得不轻:“肺部阴影(小结节)”。小李十分担心,认为自己患上了肺癌。对此,王葆青教授解释,近年来临床上这样的情形越来越多,不少人都会把肺部阴影与肺癌挂上钩。因为肺癌早期症状隐匿,不少患者确诊时已是晚期,所以一旦发现肺部阴影,就容易被患者视为肺癌的征兆,不少人甚至谈“阴影”色变。但其实,肺部阴影的病因中除了肺癌外,肺炎、肺结核、支气管扩张、肺真菌病等也会在肺部出现阴影,但后者都属于良性疾病。此外,一些肺部解剖结构包括支气管、血管的变异或畸形也会表现为阴影,这些与肿瘤相比,性质可就差远了。

虽然肺部阴影并非都是肺癌早期表现,但有五类人在体检时发现肺部阴影或小结节时,却需警惕。王葆青教授介绍,对年龄在 50-75 岁,至少合并以下一项危险因素:烟龄超过 20 年,每天抽烟超过 20 支以上,其中也包括曾经吸烟,但戒烟时间不足 15 年者;被

动吸烟者;从事某些职业者(石棉、铍、铀、钍等接触者);有恶性肿瘤病史或肺癌家族史;有慢性阻塞性肺病或弥漫性肺纤维化病史者,目前建议行胸部低剂量 CT 扫描以筛查肺癌。胸部低剂量 CT 扫描能发现 1 厘米以下的小结节,专科医生会通过影像学检查,结合患者的症状、实验室检查以及以往的胸部影像学资料等来综合判断。此外,王教授还提醒,结节的动态改变、结节的大小、结节的密度也是判断病灶良恶性的关键。比如:结节病灶在一定时间内增大、饱满、密实;病灶内部密度发生改变(如出现空泡征、磨玻璃样密度阴影新增了实变的成分等);还有少部分患者在随访期出现咳嗽、痰血等临床症状,这都提示结节为恶性病变的信号。

咳嗽带血、发烧迁延不退警惕寄生虫感染

42 岁的陈小姐到江西谈生意,顺便带着家属一起游玩。回到浙江老家后,开始出现咳嗽、发烧的现象,去医院被诊断为肺炎。但治疗了一段时间后,陈小姐的病情不但没有减轻,,反而咳嗽越来越重,出现了咳血的现象,还先后出现了气胸、胸水,进一步被怀疑为肺结核。然而,抗结核治疗了 1 月余仍然不见效。听人介绍,陈小姐来到了王葆青院长的门诊。接诊后王院长发现陈小姐的血中嗜酸性粒细胞比率值超出正常值的 4 倍左右,且一系列的胸部影像变化疑似特殊感染,在进一步的追踪询问过程中发现,陈小姐在江西曾多次食用醉炆小龙虾等食物,遂建议她进行肺吸虫相关排查。最终,陈小姐被确诊为肺吸

虫感染。找到病因后,经过简单的抗寄生虫治疗,陈小姐很快就治愈了。

“人体寄生的肺吸虫,在国内有卫氏肺吸虫和斯氏肺吸虫两种。该病可通过生吃或半生吃淡水螃蟹、河里的虾、小龙虾等获得。发病后,患者可能出现咳嗽、血痰、发热、胸痛等症状,可与肺炎、结核病相混淆。”王院长解释道,肺吸虫被误诊概率极高,而时下不少年轻人喜欢吃小龙虾、刺身等,一定要注意饮食卫生。不要吃生的或半生的淡水蟹、河虾等水产,食用需经过烹调高温加工。此外,王葆青建议,血常规检查后,报告单上有一项“嗜酸性粒细胞”,如果该项指标明显增高,再加上有常生吃虾蟹类食物的不良习惯,出现疑似慢性咳嗽、低热等呼吸系统症状,就需检查,以明确或排除肺吸虫病。

高级专家团队让患者享实惠

在徐汇区中山医院紧密型医联体框架下,复旦大学附属中山医院徐汇医院呼吸科目前拥有一支来自中山医院呼吸科的高级专家团队,每周五下午针对病房疑难危重病人进行查房。同时,由 7 位呼吸内科高级专家每周五下午轮流开设特需门诊,提供“大牌专家”的医疗技术服务,满足病人就诊需求。此外,在徐汇医院就诊的疑难病例必要时也可随时获得由中山医院专家提供的支持,共同探讨制定出最佳的诊治方案。徐汇医院的专家每周也都会到中山医院进行学习、培训,掌握最新医学资讯,进一步提高医疗技术。随着医生素质的提升,老百姓享受到实惠的同时,更增强了获得感。

上班族不吃早饭吃宵夜招来胆结石

专家提醒:常胃疼或是胆结石作怪

◆ 叶雪菲

【专家简介】



陆品相
主任医师、南通大学兼职教授

复旦大学附属中山医院徐汇医院/上海市徐汇区中心医院普外科执行主任 上海市抗癌协会胃肠专业会委员,上海市抗癌协会大肠癌专业会委员,徐汇区医学会外科学组组长,徐汇区卫生局外科质控组成员。荣获 2004-2006 年徐汇区学科带头人,2007-2009 年徐汇区学科带头人培养对象,2010-2012 年徐汇区学科带头人。

主要从事普外科和消化内镜工作。擅长胃肠道癌症的外科治疗,各种消化道疾病内镜诊断及治疗,包括消化息肉、黏膜下肿瘤、早期癌的内镜下诊断和治疗,消化道良性狭窄的扩张及支架治疗,胆胰腺疾病的内镜逆行胰胆造影术治疗等。

专家门诊:周二下午

正值夏末初秋,天气仍然炎热,夜生活更是多受年轻人欢迎。一到晚上,不少烧烤摊点、大排档坐满了吃烧烤、撸串的人,各个商铺老板揽客送菜忙不停,而来吃夜宵的人也一拨接着一拨。对此,复旦大学附属中山医院徐汇医院/上海市徐汇区中心医院普外科执行主任陆品相表示,夜生活过于频繁,长期进食油腻辛辣等刺激性食物,吃了夜宵就睡觉、不吃早餐等不良生活习惯易诱发结石病。尤其夏天气温高,水分蒸发快,因此,平时要养成多喝水、多运动的习惯。

常吃夜宵不吃早餐最易胆囊出问题

37 岁的小李小姐由于经常上夜班,习惯了平时不吃早饭,晚上吃夜宵的生活。小李小姐曾检查出胆结石,但并不影响生活,就没有再关注。近几个月却时常胃部疼痛难忍,但因工作忙一直没时间去医院。最近,胃痛越来越严重,小李小姐不得已来到医院检查,结果竟发现曾经的胆结石已经变成了胆囊癌变了。对此,陆品相主任指出,不少年轻人都爱睡懒觉没时间吃早饭,而不吃早饭不仅使胆汁浓度增加,还无法刺激胆囊排空胆汁,这就为形成结石创造了条件。而到了晚上,一些年轻人又开始大吃大喝,大量摄入高热量、高脂肪食物,像烤肉、串烧等等,使得体内胆固醇偏高,造成体质肥胖,这又再次促进了胆结石的形成。

陆主任建议,晚上实在饿了,夜宵可以吃,但不要吃得太过油腻,不要给肝脏和胆囊增加太大的负担;早餐的话,如果起床比较晚,也不用起来吃一点再睡,可以在起床后一个小时之内吃早餐,不要让肚子空太久。日常饮食生活要尽量

少吃高脂肪、高胆固醇的食物,多吃一些蔬菜瓜果富含纤维素的食品,适量参加运动,这样可以预防胆囊疾病。

胃痛后服胃药无效应查查胆结石

25 岁的秦小姐平时早上起床后就会胃疼,吃过饭后会好一些,容易干呕。但症状并不严重,也没有影响到生活,便一直没有在意,只以为自己这是亚健康。但秦小姐最近单位体检查出胆结石,大约 1.4 厘米,虽说并不严重,但秦小姐仍然十分担心,便决心去医院查一查。经胃镜检查后,陆品相主任表示,排除了胃部疾病,秦小姐胃疼、干呕症状是由于胆结石引起的。而像方小姐这样 1.4 厘米的胆结石是不能自行排出的,只能通过手术将其取出,若不及时手术可能会引起急性胆绞痛、胆源性胰腺炎。在进行了内镜下微创治疗后,秦小姐的胆结石被顺利取出,胃疼症状也不再出现了。

陆品相指出,部分胆结石患者并不能准确说出疼痛部位,但首次胆绞痛出现后,约 70% 的病人一年内会复发。多数病人仅在进食过量、吃高脂食物、工作紧张或休息不好时才感到上腹部或右上腹隐痛,或者有饱胀不适、嗝气、呃逆等,“这些症状跟胃炎相似,很多人往往以为是胃部出了问题,按照胃病来治疗,贻误了治疗的最佳时机。”因此,经常胃痛但服药后没有明显效果的人,应查查胆结石,可选择定期彩超筛查。

40 岁以上人群应定期给胃肠道体检

对于大肠腺瘤的发生率与年龄的关系,陆品相主任指出,40 岁以下人群的发病率为

20%-30%,而 40 岁以上人群的发病率则上升为 40%-50%。但由于便血在一些饮食起居不规则,大便便秘的青年人中较为常见,他们大多自认为是痔疮,往往延误了治疗时机。他提醒道,若用药一周后还有出血或用药症状好转后又有反复者,需要及时去医院就诊。而对于长期腹泻和便秘的患者,如果用药不佳,也需前往医院作肠镜检查。

如今,许多疾病都是吃出来的。为预防胃癌,陆品相主任建议,首先要检查胃部是否感染幽门螺杆菌,每 3-5 年进行胃镜检查(45 岁以上有胃部不适症状应进行胃镜检查);预防结肠癌,普通人应每年进行大便隐血检查,每 5 年进行纤维结肠镜检查,排除肠息肉引起癌病变的可能,而高危人群应每年进行大便隐血和纤维结肠镜检查,同时每天摄入维生素 C、维生素 E 和钙,每日食用适量的多纤维蔬菜、水果,少吃肉类食品,可减少结肠癌的发生;预防甲状腺癌,中老年人应每年进行多谱彩超的检查,避免日常饮食过量或缺少碘的摄入。

据陆品相主任介绍,普外科的手术治疗主要集中在胃、结直肠、胰腺、甲状腺等疾病的治疗与预防。目前,在胃癌诊治中,开展术前新辅助化疗、术中化疗及术后辅助化疗,5 年总体生存率超过 50%;在结肠直肠癌诊治上,徐中心普外科是国内较早开展低位直肠癌 TME 和保肛手术的单位之一,针对每个病例进行新辅助等个体化治疗,开展了结直肠癌肝转移系列综合治疗;在甲状腺的诊治中,手术并发症率低,小于 0.3%,在彻底清除病灶的基础上,注重保证重要功能不受影响,患者多有望得到长期生存。