

康健园



扫码关注新民康健园官方微信

本报专刊部主编 | 第 698 期 | 2018 年 7 月 23 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

调整饮食结构, 别把肠癌“吃出来”

【新闻背景】

肿瘤防治的现状决定了靶向药物的发明和创新拥有广阔的发展前景。新兴的靶向药物治疗已成为中晚期恶性肿瘤患者对抗癌症的一柄利器。为了让患者用对药、用上药, 国家医保目录更新升级, 切实减轻了患者及其家庭的经济负担, 肺癌、胃癌、乳腺癌、结直肠癌、淋巴瘤、白血病等的抗癌靶向药, 被纳入医保, 最终受益患者。

有效防治结直肠癌大有可为

虽然安全有效的肿瘤治疗手段越来越丰富多样, 但是人们更期望不得病或者把肿瘤的萌芽尽早扼制住。在这方面, 有效防治结直肠癌的发生大有可为。同济大学附属同济医院普外科葛步军主任医师指出两项关键点, 一是调整饮食结构, 二是肠镜下及时干预息肉。大量临床研究发现, 高蛋白高脂肪低纤维化的饮食结构与 2/3 的肿瘤发生关系紧密, 尤其是肠道恶性肿瘤。蛋白质和脂肪含量高

的食物经煎、炸后, 蛋白质高温变性, 油脂热聚变并生成不利于肠道健康的化合物。而多吃新鲜的时令蔬菜水果可以刺激肠蠕动, 促进排泄, 减少胺类代谢废物在肠道的停留时间。所以要积极调整饮食结构, 不给肠道创造任何病变的机会。推荐大家参考中国营养学会推出的《中国居民膳食指南》, 多吃蔬果, 适量鱼、禽、蛋、瘦肉, 选择合理的烹饪方式, 如蒸、煮、炖、拌等。

60 岁以上人群以及肠癌高危人群接受肠镜筛查, 可使居民肠癌发病率和死亡率都明显下降, 主要原因就是早期筛查使肠癌得到早期诊断和有效治疗, 争取到治愈机会。肠镜检查被公认为确诊肠癌的金标准。肠道息肉转变为恶性肿瘤的风险高, 这种转变通常历时约 10 年, 接受肠镜检查时即可及时发现并镜下切除息肉, 阻断癌变途径, 并可获得病理分析报告, 进一步明确诊治方案。

在传统检查项目中, 粪便隐血试验适用于有筛查意识的大肠癌高风险健康群体中的 40 岁以上男性和 35 岁以上女性, 尤其是有肠癌家族史、作息不规律、嗜烟酒、肥胖、肠镜检查依从性低的人群。在排除食物干扰的情况下, 粪便隐血试验连续多次阳性报告, 尤其需高度怀疑肠道病变。体检中常用的肛门指检可发现直肠末端的肠道占位, 临床发现, 一半肠癌病灶在指检可及的直肠部位。因而在大家在体检中不要“羞答答”害怕肛检, 作为无创检

查, 肛检在及时发现肠癌方面功不可没。

新辅助治疗实现晚期“不晚”

除了及时体检筛查外, 结直肠癌的早期症状不明显, 现实情况是很多患者当出现明确症状时才就医, 其中不乏高龄患者。目前治疗结直肠癌首选手术, 而高龄患者的家属往往拒绝手术, 事实上, 高龄早已不是手术的禁忌症, 有些体质较好的高龄患者完全可以通过手术获得理想的疗效和延长生存期, 手术风险不再单纯以年龄论。

临床上, 大约有 70% 的结直肠癌患者就诊时已处于中晚期, 其中一部分发生了肝转移。患者不要气馁, 葛步军主任医师希望患者及其家属扭转一个观念, 即晚期“不晚”。联合化疗、精准放疗、靶向治疗的新辅助治疗策略, 运用于手术前, 可转变肿瘤的分期, 变不可手术为符合手术指征, 为患者赢得原发病灶和转移病灶同期或分期切除的宝贵机会。新辅助治疗策略还能通过降期治疗提高保肛率, 低位直肠癌患者不必再为保不住肛门而忧心忡忡。

靶向治疗药物与化疗药物的联合, 改善了转移性结直肠癌患者的治疗预期, 能够显著延长患者总生存期。作为转移性结直肠癌一线、二线的标准治疗方案, 相关靶向药物已进入医保, 在减轻患者沉重疾病负担的同时, 结直肠癌患者能真正用得上药, 用得起药并坚持用下去。

潘嘉毅



前沿新探

在医疗技术日新月异的今天, 如何满足患者持续增长的医疗需求、实现更为高效的医院管理, 是摆在医学界面前的一道难题。在“全美最佳医院”排行榜中, 全球顶尖知名医疗机构克利夫兰医学中心始终名列前茅, 国际一流的医疗技术、服务理念和管理体系, 值得全球医学同道学习。

日前全球首家“克利夫兰医学联合”医院在上海新虹桥国际医学中心建立。未来, 这家由绿叶医学中心与克利夫兰医学中心合作的国际综合医院, 将基于价值导向型医疗服务理念, 聚焦心脏科、泌尿外科、肿瘤科等临床重点专科, 构建具有国际影响力的重点专科领域。双方将围绕提升临床疗效、开展高技术含量复杂手术, 以及实施“以患者为中心”的综合医疗组服务模式等, 进行全方位深度合作, 探索与国际接轨并符合中国国情特色的优质创新医疗服务模式。

向美国医疗同行学管理

凌溯

植入德国原装“变焦镜头”老花白内障一次解决

“纯德系”医疗团队携手蔡司“三焦点”晶体, 打造中老年“全程视力”

“真是不敢想象! 昨天刚做的手术, 今天视力的恢复就远远超过我的预期! 报纸上的字都看得清! 操作电脑也没有问题! 远处广告牌上的图文也清清楚楚! 真是太不可思议了!”

刚在德视佳眼科上海金茂诊所接受完“三焦点”人工晶体植入老花眼矫治术的王先生, 以一连串赞叹表达着内心的惊喜。

尽管刚做完三焦人工晶体植入的左眼尚被遮盖, 但仅凭前一日完成手术的右眼, 他就能通过诊所的窗口, 清晰地眺望陆家嘴金融城鳞次栉比的群楼。

这一系列的惊喜, 都归功于国际光学领域一骑绝尘的知名公司——蔡司以及驰名中外的欧洲眼科集团德视佳眼科。由蔡司公司研发的“三焦点”人工晶体, 开创性地带来了白内障、老花眼等年龄相关性屈光疾病的一站式解决方案, 再配合德视佳眼科德国医生丰富的手术经验, 精湛熟练的手术技巧, 二者完美结合, 使得老花眼和白内障不再成为人们的困扰。而为王先生开展手术的纯德系“血统”德视佳眼科, 则连续三年被蔡司授予“全球三焦点人工晶体植入数量最多眼科诊所”和“全球三焦点人工晶体植入手术最多医生”两项荣誉称号! 此类奖项每年在全球仅授予一家眼科诊所, 德视佳在业界可谓独树一帜。

一家德国光学科技公司、一家纯德系“血统”高端眼科诊所, 两者碰撞会迸发出怎样的光彩? 笔者作了一番探访。

老花眼: “人生苦短, 及时脱镜”

提到中老年人接受眼科手术, 人们首先想到的往往是白内障, 然而在德视佳眼科, 这一年龄段患者绝大多数接受的却是老花眼矫治术。为什么德视佳的客户会选择手术矫治呢? 对此疑惑, 德视佳创始人、国际知名眼科



蔡司中国总裁(右)为德视佳眼科创始人颁奖

专家约根森博士娓娓道来。

“人生苦短, 及时脱镜!”——约根森博士以不太熟练的汉语道出了让人忍俊不禁的治疗哲学。尽管老花镜可在一定程度上改善近视力不佳的症状, 但给佩戴者带来诸多不便甚至麻烦, 更何况如今近视高发, 近视与老花(年龄相关性远视)相互纠缠, 会导致“看书、操作电脑、开车动用三副眼镜”的令人崩溃的状况, 而通过微小切口导入蔡司光学晶体平台独创的“三焦点”人工晶体, 可以恢复人眼的视距调节功能, 从而实现远中近的全程视力。

白内障: “从看得见看到好、看得清”

除了老花眼外, 白内障也是严重损害中老年人视健康的疾病。流行病学统计显示, 我国 60-89 岁人群白内障发病率约为 80%, 90 岁以上人群白内障发病率高达 90% 以上。

“拥有 170 年历史的蔡司很早就致力于

光学晶体的研发, 从最初的‘单焦点’到此后的‘双焦点’, 再到当前国际领先的‘三焦点’, 蔡司作为行业领军者, 帮助广大白内障患者实现了从看得见看到好、看得清的转变。”蔡司中国总裁兼首席执行官、蔡司集团董事长 Maximilian Foerst 谈及人工晶体发展史, 言语中充满自信与自豪。

传统的“单焦点”人工晶体, 实现的只是基本的视觉功能, 患者术后的视距调节能力基本丧失, 只能根据日常用眼需求在近程和远程两个视距中选择一项, 给生活打来的不便可见一斑。尽管后续有“双焦点”人工晶体的问世, 但也无法覆盖“中程”这一十分重要的视距(以操作电脑的距离为代表)。

作为突破性技术的代表, 蔡司的“三焦点”人工晶体帮助患者同时拥有清晰的远、中、近全视程视觉体验, 同时解决老视、近视、白内障等问题, 真正实现了脱镜。

蔡司: “170年探索不懈, 与眼科医生携手开创未来”

蔡司中国总裁 Maximilian Foerst 表示, “三焦点”人工晶体自 2011 年起在欧洲进入临床, 经过近 7 年、5 万多例患者的临床验证, 目前已成为屈光白内障技术的前沿与主流。

“170 年探索不懈, 蔡司始终与眼科医生携手开创未来。”Maximilian Foerst 总裁介绍了蔡司与临床医生密切合作、推动诊疗技术革新的历程, “蔡司不断向专科医生征询对相关设备与产品的要求, 持续对产品作升级与迭代, 形成了良好的互动关系。”

特别是与德视佳眼科的合作, 堪称协作共赢的典范。由约根森博士领衔的德视佳凭借全球范围内成功实施近 40 万例眼科手术, 5 万多例“三焦点”人工晶体的植入, 连续三年荣获蔡司授予的“全球蔡司三焦点人工晶体植入数量最多眼科诊所”和“全球蔡司三焦点人工晶体植入手术最多医生”两项荣誉称号。

德视佳: “秉持‘纯德系’战略, 带给患者最佳治疗效果与就医体验”

德国最大的眼科医疗集团德视佳于 2013 年在上海地标金茂大厦开设了首家诊所, 此后业务范围拓展至北京、广州、深圳等一线城市。据约根森博士披露, 目前德视佳正积极筹划在成都、重庆、杭州等新兴热点城市开设新诊所, 以满足日益增长的高端医疗需求。

谈及对未来中国市场的展望, 约根森博士充满信心: “秉持‘纯德系’理念的德视佳坚持所有手术团队均来自德国, 将德国的医疗技术、管理流程、患者体验‘无损’地复制到中国, 以满足越来越多追求生活质量与完美体验的患者的需求。”

生星