

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118期 | 2016年6月29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

莫把肠癌当痔疮

姚礼庆:肛门指诊是初查最有效手段

◆ 叶雪菲

【专家介绍】



姚礼庆 主任医师、教授
复旦大学附属中山医院徐汇医院内镜中心主任、上海消化内镜工程技术研究中心主任

主任、复旦大学内镜诊疗研究所所长
中国医师协会内镜医师分会副主任委员,中国医师协会内镜分会消化内镜专业委员会主任委员,中华消化内镜学会外科学组主任委员,中华医学会全国医疗事故鉴定委员会委员,上海市医师学会消化内科医师分会副主任委员,上海市医疗事故鉴定委员会委员
从事普外科和内镜工作38年,经验丰富,擅长胃食管静脉曲张的内镜治疗、消化道狭窄的内镜下扩张和内镜下支架治疗、ERCP取石术、消化道息肉的内镜治疗、结肠癌的外科手术和PPH术等
门诊时间:周二下午(中山医院本院)

和脓液,后者又被称为脓血便。
其次,伴随症状不同。痔疮是曲张的静脉团,所以便血多表现为无痛性、间歇性,有时还会有肿块(静脉团)从肛门脱出。对于脱出的痔,手指按压后很软,和身体其他部位的静脉一样,可以被压扁,或者推回肛门内。如果内痔长期脱出,会出现疼痛和硬结感,这是因为曲张的静脉团内形成了血栓。直肠癌作为实体肿瘤,位置固定,质地较硬,会导致直肠壁僵硬、受压,从而出现大便次数增多、肛门坠胀,排便后不久又出现便意,但无粪便排出或仅排出少量粪便。如进一步生长,还会导致直肠管腔狭窄、甚至部分堵塞直肠,从而导致大便困难、大便变细等,少数患者还会因直肠梗阻出现腹痛、腹胀等。因此,姚教授建议,一旦出现便血,患者应积极“寻根”,找出便血的

真正原因,以便及早对症治疗。
指检是筛查疾病最基本、有效的手段
不少人在体检时会放弃一些项目,部分患者对直肠指检有心理障碍,有些女性看到做指检的医生是男性而害羞,就不愿意做了;有些患者因为怕疼痛也放弃做指检。还有些年轻人认为直肠癌患者一般都是中老年人,而自身又没有明显的不适症状,于是也放弃了直肠指检。对此,姚礼庆教授指出,相比于肠镜等复杂有创的检查,直肠指检是发现多种疾病最简单直接、有效的方法,即使是目前各类先进的内窥镜,都不能替代它的作用。75%以上的直肠癌患者通过肛门指诊即可作出大致诊断,另外,痔疮、肛门(直肠)周围腺

肿、感染、肛裂、肛瘘、宫颈肿瘤、前列腺肥大或前列腺癌等都可通过此方法查出。
“肛门指检也没有大家想象的那么痛苦。”姚礼庆教授说道,“医生在指检前会先戴上手套,并涂一些润滑油,体检者只要按照检查室内的示意图趴好,放松就可以了,整个过程1分钟左右,大多数人都是可以忍受的。”他提醒,对于40岁以上人群,如果存在排便不适、排便习惯改变、持续性腹部不适等情况,要及时检查。而随着政府在大肠癌普查方面的越加重视、医疗水平的提高、居民防治意识的增强,姚礼庆认为,大肠癌的发病率将在5年内有所下降,更多患者将在早期发现疾病并获得更好的治疗。

大肠癌患者警惕肝转移

目前在临床上,15%-25%的大肠癌患者确诊时就发现同时有肝转移,另外约50%的大肠癌患者术后将发生延期肝转移,也就是说,60%-75%的大肠癌患者会发生肝转移。对此,姚礼庆解释,肝脏为胃肠道血流最先到达的内脏器官,且肝血窦血流丰富,流速缓慢,为肿瘤细胞种植生长提供了一个良好的环境。其次,大肠癌细胞能够分泌一种特殊物质,破坏癌细胞之间的黏附力,促使癌细胞从原发灶脱落,侵入血液“四处云游”。而这种特殊物质容易与肝脏内某种细胞膜上的癌胚抗原受体结合,增加了癌细胞“定居”于肝脏的机会,为大肠癌肝转移灶的形成创造有利条件。因此,对于大肠癌患者,姚礼庆建议,手术后应在3个月内检查肝脏指标;此后可通过定期B超检查,或CT平扫来进一步确定有无肝转移。

水针、伏针、艾灸……

“冬病夏治”正当时,选对方法事半功倍

◆ 叶雪菲

刺和药物的双重作用,因而疗效显著。适合呼吸系统疾病,如慢性支气管炎、哮喘、顽固性咳嗽、鼻炎等。药物选用有温阳补肾、平喘止咳作用的中药,有抗过敏、增强体液免疫与细胞免疫的功能,常用穴位有肾俞、足三里、曲池、手三里等。对于运动系统疾病,如颈肩腰腿痛(肩周炎、风湿性关节炎、腰肌劳损、骨质增生、椎间盘突出等),药物选用有营养神经作用的药物,与穴位结合,加强散寒通络、活血止痛的作用。常用穴位为华佗夹脊穴等,也可选用压痛点、皮下结节、条索状物等阳性反应点进行治疗。

灸疗帮助迎接二胎宝宝

随着现代社会饮食和生活环境的恶化以及高速的工作节奏,不孕不育症的比例越来越高。如女性出现排卵异常、输卵管堵塞或积水粘连;卵巢卵子问题、宫颈病变、免疫因素等等,而对于一些想要二胎的妈妈,高龄所导致的各种问题也“阻挠”了宝宝的到来。对此,徐汇区中心医院针灸科开展了特色灸疗,备孕准妈妈不妨尝试灸疗来进行体内环境的调理。

艾灸,是用艾叶制成的艾条材料产生的艾热刺激体表穴位或特定部位,通过激发经气来调整人体紊乱的生理生化功能,从而达到防病治病目的的一种治疗方法。清代吴怡洛在《本草从新》中说:“理气血,逐寒湿,暖子宫,止诸血,温中开郁,调经安胎,……以之艾火,能透诸经而除百病。”灸疗法具有温散寒邪、温通经络、升阳举陷、散瘀除湿、补中益气、健体强身的功效。女性艾灸调理,调内而

养外,标本兼治,通过调节内分泌等系统,使人体的阴阳气血充足而上达头面,滋养五官发肤的功效,在美容的同时,通过内分泌等系统起到减肥、根除妇科疾病的作用。此外,现代人随着生活节奏的加快、空调使用的广泛,脾胃虚弱及胞宫虚寒以及亚健康的人群越来越多,合理运用灸疗法可以改善气滞血瘀、五脏虚寒等不适症状。

综合伏针解决颈肩腰腿痛

针灸治病,简便易行,且适应症广泛,对于一些冬季容易发作的疾病,可在夏天最热时期(伏天)进行针灸治疗,俗称打伏针。中医认为,夏季三伏,阳气最为旺盛,此时人体气血充盈,功能活跃,经脉之气流畅,穴位得气较敏感,针灸后病灶的感应性好,从而可以取得显著效果。在夏天针灸犹如身体虚弱的人在冬天吃补品,不但可以扶助正气,增强体质,而且可以祛除风湿,疏通经络,消肿止痛,防治疾病。

徐汇区中心医院针灸科开展综合伏针疗法方法很多,如针刺、艾灸、拔罐、穴位注射、电针等,可起到温阳补气,祛除素体顽固阴寒瘀滞,使气机升降正常,振奋阳气,补益正气,增强机体抗病能力,预防疾病的发生,消除病根,适宜病种涉及内、妇、骨伤、皮肤、五官等各种属于虚寒症者。如颈肩腰腿痛在中医科属于痹症范畴,在寒冷的刺激下容易发作,若在盛夏三伏季节,人体气机相对通畅,经穴开达,采用灸针综合疗法可以扶正固本,舒经活络,提高机体抗病能力,截治病根,有效地预

防秋冬季节时痹症的发作。而针对上班族,中山医院徐汇分院针灸科常年开展夜门诊,下班后也可享受专业的中医疗法。

【科室介绍】

复旦大学附属中山医院徐汇医院(即徐汇区中心医院)针灸科为国家十二五重点专科建设单位,承担国家、市局级、区级多项课题,所有医师均为硕士及以上学历。为方便上班族常年开展夜门诊。徐中心针灸科有多种治疗方法如:针刺、灸疗、小针刀、穴位埋线、刺血疗法、穴位注射、电针等。针灸适宜病种众多,肥胖症、过敏性鼻炎、颈肩腰腿痛、呼吸系统疾病、痤疮、带状疱疹及后遗痛、中风后遗症、面瘫、偏头痛、失眠、耳鸣耳聩以及调节胃肠功能紊乱和治疗不孕不育等。

针灸科冬病夏治时间:7月4日-9月4日
门诊时间:周一-周五8时-20时;周六-周日8时-17时
专家门诊:周二全天



针灸科 李建萍 主任医师

天气越来越炎热,又到了一年“冬病夏治”时。内服汤药、穴位贴敷、中药定透、中药涂擦、中药熏蒸、针刺和艾灸等等,面对这些五花八门的中医疗法,到底哪一种才是最适合自己的?复旦大学附属中山医院徐汇医院(徐汇区中心医院)针灸科主任李建平表示,对于慢性呼吸系统疾病患者,穴位注射可起到双倍功效;想要生二胎的备孕妈妈可尝试灸疗方法来调理;针对白领颈肩腰腿痛,常年开展夜门诊,下班后不妨来“享受”伏针通经络。

穴位注射巧治慢性咳嗽

88岁的严老伯又来到了中山医院徐汇分院针灸科,李建平主任接诊后,随即就问:“老样子?”严老伯声音洪亮地回答:“老样子!”原来,严老伯年轻时曾患老慢支,年纪大了演变成了慢性咳嗽,严重时呼吸都困难。但自从严老伯开始接触中医穴位注射后,咳嗽“老朋友”渐渐不来了,连感冒都不太找上门。现在,穴位注射已成严老伯的养生新方法。李建平指出,严老伯选择的是以淫羊藿、巴戟天为主要成分的中药注射液,通过在定喘穴、风门穴、肺俞穴等穴位进行注射,可起到温阳补肾,平喘止咳的作用。

穴位注射又称“水针”,即选用中西药物注入有关穴位以治疗疾病。它通过针刺的机械刺激和药物的药理作用,激发经络穴位以调整和改善机体机能和病变组织的病理状态,使体内的气血畅通,生理功能恢复正常,从而达到治愈疾病的目的。由于本法兼具针