

禁无久坐,令气逆;禁无熟食,伤五气。

从事化工、装饰业是肿瘤预防高危人群

专家称,预防肿瘤要早发现及时规范治疗

专家介绍

程先平,男,主任医师,教授,安徽省第二人民医院肿瘤科主任。现任安徽省临床肿瘤学协作专业委员会主任委员,安徽省医学会肿瘤内科学分会常务兼秘书,安徽省抗癌协会常务理事兼副秘书长,安徽省医学会肿瘤学分会委员,合肥市抗癌协会副理事长,安徽省抗癌协会淋巴瘤专业委员会常务兼秘书,安徽省医学会腹部肿瘤协作组组长、中国医药生物技术协会精准医疗分会委员;擅长全身各部位肿瘤的综合治疗方案制订、个体化治疗实施、全身热疗及微创肿瘤消融术,生物免疫治疗等,目前每年主办“安徽省肿瘤内科大会”“安徽省肿瘤内科住院医师诊治指南培训班”和国家级继教项目“恶性肿瘤规范化与个体化治疗新进展”等。



□ 夏鹏程 星级记者 俞宝强 / 文 倪路 / 图

精准医疗的背景及定义是什么?慢性病预防领域如何精准地开展工作?精准医疗背景下,如何更好地开展肿瘤预防工作?7月15日上午9:30~10:30,本报健康热线0551-62623752,邀请了安徽省第二人民医院肿瘤科主任程先平与读者交流。

精准医疗目前主要集中于肿瘤诊疗

读者:精准医疗背景下如何更好地开展肿瘤预防工作?

程先平:人类的医学研究实际是一个逐渐走向精准医疗的探索过程,2003年6国科学家用了10年时间花费30亿美元完成了“人类基因组计划”,随着高通量测序技术的发展和大数据的应用,2011年,美国科学界发起“迈向精确医学”倡议,2015年奥巴马提出“精准医学计划”并付诸实施,人类进入精准医疗时代。中国在精准医疗领域也投入巨大以期改善民生。

精准医疗的定义是利用分子、基因、环境和生活习性等个性化信息为指导,对不同组的人或者不同的人进行个性化诊断和治疗。精准医疗目前主要集中于肿瘤诊疗和预防、一些慢性病的防控。

精准医疗最大限度提升诊断水平

读者:目前我们的临床诊疗做到如何精准?

程先平:临床上我们面对一些复杂的疾病,不同的医生会有不同的诊断和处理方法,而其治疗结果也可能有相当大的差别。

精准医疗则将最大限度地提升疾病的诊断水平和治疗策略,以肺癌为例:早期患者一般建议手术,根据手术后病理和系列精准检测去确定后续的治疗策略;晚期不可手术的病人,则先行精准检测EGFR和ALK靶点,若有靶点则可以直接靶向治疗,若无靶点则根据病理类型选择不同的方式化疗。而靶向治疗耐药或化疗无效者则可继续精准检测鉴别后续治疗方案;至于化疗方案,特别是多次反复用多个化疗方案后的患者,继续治疗用什么化疗方案也可在精准检测的基础上结合询证医学和个人临床经验予以确定方案。

从事化工、装饰等行业是肿瘤预防高危人群

读者:慢性病预防领域如何精准

开展?

程先平:基因领域的精准检测可以预测个体心梗、心梗、心脏猝死、老年痴呆、肥胖、脑血管疾病的发病风险,检测一些药物相关的受体和代谢酶,从而指导调整心脑血管病用药、高血压药物控制、糖尿病药物等。

读者:哪些人可作为肿瘤预防的高危人群?

程先平:有癌症家族史,家族中有一个或者多个亲属患癌症;长期身处污染环境或高辐射环境者,如从事化工、装饰、采矿、冶金等;污染比较严重或有放射性的行业;有癌前病变或症状者,如患炎症性息肉,乳腺非典型增生等,宫颈重度上皮内瘤病变等。

一策防百病时代将一去不复返

读者:我们用什么样的方法去预防肿瘤?

程先平:肿瘤是人体在持续的环境因素作用下,人体内基因发生突变并导致人体细胞分化异常并失控性生长。其中外因(生活方式和环境因素)占主要因素(>60%),因此预防肿瘤主要是调整生活方式(生活习惯、饮食习惯、不良嗜好)、避免环境(水、食物、空气)污染;早期发现肿瘤并及时规范地治疗。

读者:能否展望一下未来肿瘤预防的发展方向?

程先平:对于个体重要的易感基因检测(包括个人基因组检测),筛选出肿瘤易感人群或高危人群;对于预防策略,更讲究个体化预防策略,根据各人不同肿瘤的易感性,有针对性地预防策略和随访复查计划成为主流,万人同策(如所有的人都吃碱性食物防癌、所有的人都推荐喝牛奶防癌等方式)或一策防百病时代将一去不复返。

由于肿瘤的发病影响因素中环境因素(水、食物、空气)占主要因素,对于社会和国家而言,在肿瘤预防中应发挥主导和全局引领作用,如环境治理、水资源保护、农作物污染、戒烟运动等。

夏季一定要注意饮食清洁



本期特邀医院:
安医大二附院

读者刘女士:怀孕两个月,早孕反应胃口不太好。几天前的一个中午,突然想吃酸菜鱼。当天下午,就感觉腹部一阵阵疼痛,随后出现腹泻症状。去附近的药房咨询并买了一些止泻药。吃药后效果也不太好,随后两天时间里一直拉肚子。经过安医大二附院重症医学科医护人员的全力抢救才挽回性命。遗憾的是,腹中2个月的胎儿没有保住。

安医大二附院重症医学科副主任孙昀:当时诊断为感染性腹泻,收入消化内科住院治疗。由于刘女士的病情进行性加重,对症治疗效果微乎其微,并且出现休克症状,最终被转入ICU

抢救。经过持续抢救,刘女士的生命终于被保住,但遗憾的是她腹中的胎儿流产了。

读者刘女士:只是吃了一顿酸菜鱼,为什么会引起这么大的后果?

安医大二附院重症医学科副主任孙昀:这是典型的感染性腹泻,未及时规范治疗,病情加重,引发休克。感染性休克是很严重的临床并发症之一,会导致组织细胞缺血缺氧、代谢紊乱、功能障碍,甚至多器官功能衰竭,起病急,死亡率也比较高。如果再晚一些来医院,后果不堪设想。

每年夏天都是肠胃疾病的高发期,这是由于夏天天热,人的消化能力降低,抵抗力也相对较弱,加上细菌繁殖快,食物容易变质,易导致人消化道功能紊乱。夏季饮食一定要注意食物的新鲜、安全。同时,不能暴饮暴食,少吃生冷、油腻、不干净食物。不要过度劳累、熬夜,饮食保持规律。如果吃了不洁食物后出现呕吐、腹泻、腹痛等症状,千万不要掉以轻心,应该及时就诊,以便尽早得到正确的诊断及治疗。

郑慧 星级记者 俞宝强

下期预告

下周五,专家与你聊聊 如何合理安排老人膳食

老年人如何合理安排膳食?为什么骨质疏松老年女性多男性少?老人下呼吸道感染会引起哪些疾病?7月22日上午9:30~10:30,本报健康热线0551-62623752,将邀请合肥市第三人民医院主任医师、老年病科(干部病房)主任董吉云与读者交流。

董吉云,主任医师,老年病科(干

部病房)主任。安徽省老年学会医学分会常委,合肥市老年医学会副主任委员。从事临床工作30年,具有扎实的理论基础,擅长老年心脑血管疾病及老年糖尿病的诊治,对老年多病的综合治疗具有丰富的临床经验,具备市级科研课题研究能力。

傅喆 张晓玲 星级记者 俞宝强

冬病夏治第二次治疗来了

冬病夏治第二次治疗将于7月17日拉开帷幕,正好赶上暑期周末,家有孩子的家长朋友可直接带孩子到安徽省中医院诊治,时间从7月17日上午6:30开始。

如果还没有预约的朋友可以根据自己疾病情况,比如过敏性鼻炎可以到耳鼻喉科就诊;风湿性关节炎患者可以到风湿病科就诊;或全身有多个系统疾病想通过“冬病夏治”疗法来治疗或减轻症状,就可到针灸康复科、推拿科试试。其实除了三伏天穴位敷贴外,医院很多科室在治疗前还开展拔罐、针灸来刺激穴位,然后再运用三伏贴进行穴位疗法,以达到治疗目的。

“冬病夏治”疗法针对寒冬季易发作的虚寒性疾病,可增强体质,从而预防、减少和减轻疾病在冬季来临时发作、发作频率及程度。该疗法对于患有慢性咳嗽、肩周炎、颈椎病、慢性鼻炎、慢性荨麻疹、风湿性关节炎、哮喘等人群,均有很好的治疗效果。

现在由于大气污染等各方面因

素,很多小孩是过敏性体质,生下来没多久患上湿疹,然后受凉咳嗽引发哮喘,或者是小小复感儿,这部分小患儿都可以通过冬病夏治疗法,驱邪扶正,通过调动自己体内免疫能力,来减轻冬季、天气变凉时犯病,给小孩减少服用抗生素等药物次数,也释放家长的时间和精力。

“孩子经过去年一个疗程的冬病夏治治疗,症状明显好转,今年再来巩固一下。”一位家长说道,除了孩子,患有呼吸系统、风湿免疫性疾病、慢性疼痛性疾病、消化系统疾病、耳鼻喉科疾病、慢性皮肤病、妇科、男科疾病、神经系统疾病、亚健康人群和其他阳虚型体质人群都可以通过“冬病夏治”疗法来提高机体抵抗能力,抵御疾病。剩下三次治疗时间分别为7月27日(中伏)、8月6日(中伏加强)、8月16日(未伏),共四次,如果实在工作忙,错过最佳时间,可以推迟一点,但是一年要坚持做完所有治疗次数,三年是一个疗程。

张依帆 星级记者 俞宝强