

# 28岁小伙确诊肠癌崩溃痛哭 发病率高的 消化道肿瘤 如何早防早治



近日,一则28岁小伙确诊结直肠癌崩溃痛哭的新闻引发社会关注。据报道,“肉食主义者”小宇(化名)一周7天起码要吃6天夜宵,热爱烧烤加啤酒或碳酸饮料。随着便血次数越来越多,大便发黑还格外黏稠才就诊。经检查,他被确诊为结直肠癌,病灶大且距离肛门很近。

我国结直肠癌的发病率正在逐年上升,越来越多像小宇这样的年轻人患上结直肠癌。有哪些人群特别值得注意?有什么方法可以提早识别这种消化道癌症?本期大咖健康课,一起听来自南京江北医院消化内科主任葛建新的提醒。

## 早癌症状隐匿, 别被“伪装者”骗过去

谈“癌”色变的人不在少数。葛建新主任直言,这其中在我国消化道肿瘤的发病率就不容忽视。随着医学的发展,人们对于消化道肿瘤的前世、今生及其生长规律都有了很好的认识,相应的也就能在肿瘤的不同生长阶段给予不同的治疗手段,从而“监视肿瘤”、“控制肿瘤”。“如果我们把消化道肿瘤比作敌人的话,那么我们的目标是把敌人消灭在萌芽状态中,那么这个萌芽状态就是我们通俗说的‘消化道早癌’时期。”

“消化道早癌”与人们熟悉的“晚期”形成对比。葛建新主任介绍,如果肿瘤病变的深度不超过黏膜下层或局限于黏膜层的消化道肿瘤,就叫做消化道早癌,它包括早期食管癌、早期胃癌以及早期大肠癌。值得一提的是,往往发现这些早癌病变的患者是没有任何临床症状的,作为“健康人”仅能通过胃镜和肠镜检查而发现。如果不做内镜检查,可能还需要好多年后才能出现大家以前认识的消化道肿瘤症状,比如吞咽困难、呕血、便血、贫血、腹痛以及营养不良等,这时候已经变成中晚期肿瘤了。

消化道早癌擅长伪装。葛建新主任指出,例如痔疮就很容易成为结直肠癌的“伪装者”。痔疮便血是排便后肛门滴出的血液,颜色为鲜红色,而肠癌患者便血一般为暗红色。如果结直肠癌合并有痔疮,更容易误诊漏诊,所以肛门指检和肠镜检查非常重要。

## 一镜到底, 揪住消化道中的“隐藏杀手”

因此,并不是没有消化道症状,肿瘤指标筛查尚无异常就代表没问题。在葛建新主任看来,目前胃肠镜仍然是筛查消化道早癌的最重要手段。普通胃肠镜发现可疑病变以后,我们对病变可以进一步进行精细检查,通过染色技术、放大内镜检查、超声内镜和共聚焦内镜技术等手段来完成内镜下诊断,还可以再通过对病变部位取检得到病理诊断早癌的支持,大大提高了消化道早癌的诊断率。

专家告诉记者,有消化道症状的成年人建议做胃肠镜,高危人群或者高风险人群尤其应该进行胃肠镜检查进行消化道早癌筛查。葛建新主任就几种典型、常见的消化道肿瘤作了进一步解释。对于胃癌来说,年龄40岁以上有不良饮食习惯如高盐、腌制食品、抽烟、重度饮酒等,或幽门螺杆菌感染,患有癌前疾病如慢性萎缩性胃炎、胃溃疡、胃息肉、手术后残胃、恶性贫血或肥厚性胃炎等,都属于高危人群。而父母、子女以及兄弟姐妹如果有胃

癌患病史,也值得提高警惕,尽早筛查。

而对于结直肠癌而言,年龄50岁以上人群若患有癌前疾病腺瘤性息肉、溃疡性结肠炎、克罗恩病等人群,以及粪便潜血试验阳性,具有这些特点或条件、貌似正常的“健康人群”建议及时进行胃肠镜检查。一旦发现癌前疾病或消化道早癌,我们可以通过内镜下手术的一系列方法将其消灭在萌芽中,而且术后一般不影响正常的胃肠功能。

葛建新主任解释,胃肠镜筛查消化道早癌或癌前疾病的优势是任何其他检查都不能替代的,包括大家喜欢抽血查的“肿瘤标志物”、X线、CT或MRI。“现在的硬件设施和内镜技术水平是10年前、20年前所不能比的,现在我们常规开展无痛胃肠镜检查,所以胃肠镜检查并不会‘疼痛’,大家不用太担心”,专家回答道。

## 诊治齐上阵, 扼杀早癌在萌芽阶段

内镜微创治疗技术安全顺利切除早期消化道肿瘤,具有创伤小、费用低、愈合快的优点,治愈率可达90%以上,从而免除后期的外科手术。葛建新主任回忆,不久前自己就接诊了一位七旬老人方大爷,在儿子的建议下来到江北医院做胃镜检查。“老人家从来也没有觉得胃部哪里不舒服,也没做过正规的筛查,结果一做就发现胃部贲门口下方有一处糜烂。”葛建新主任取病理检验后发现,正是早期胃癌的病灶。同样通过内镜下,将“癌变”的黏膜剥离,成功为方大爷解除肿瘤警报。记者了解到,像方大爷这样的患者不在少数。“现在每个月大概早癌的发生就是诊断率要达到2.4%。这就意味着过去可能一个月发现1例,现在每个月都能发现3-4例。”

“消化道早癌与中晚期癌的生存率差别是巨大的。”葛建新主任指出,比如早期食管癌5年生存率达90%以上,而中晚期食管癌5年生存率低于20%。早期胃癌5年生存率达95%~97%,而进展期胃癌患者生存率仅20%~30%。早癌结直肠癌5年生存率可达95%以上,中晚期结直肠癌5年生存率约为50%。

“找到一例早癌,拯救一个生命,挽救一个家庭。”葛建新主任介绍,南京江北医院每年胃肠镜检查达2万多例,内镜下治疗达2000多例。

九月将至,秋天的脚步越来越近,葛建新主任提醒,每逢季节变化的时期也是消化科疾病的高发期。“我们建议大家一定要定时休息,避免刺激性的食物,尽量不要饮酒抽烟,养成良好的生活习惯。避免消化道疾病的病从‘口’入。”

据《扬子晚报》

## 吃碘盐能防辐射?

8月24日,日本启动福岛核污染水排海,引发全球关注和热议,也引发了人们关于食盐的恐慌,多地刮起“抢盐潮”。有人担忧,福岛核污染水排海后会污染食盐,有人认为碘盐能够防辐射。那么,碘盐真的能够防辐射吗?

### 海水如何变成盐 安全有保障吗?

解答这些问题之前,先来看看海盐到底从何而来。相关资料显示,1千克海水中大约含有35克盐,这种盐叫作海盐,其中调味用的食盐只有27克。海水的盐分中,除含有氯化钠(即食盐)外,还含有氯化镁等物质。那么,大海中的盐分是从哪里来的呢?大海中的盐分来自覆盖地球的岩石。雨点落到岩石上,雨水把岩石含有的某些物质溶解,这些水(加上泉水)慢慢地变成河水,流进大海。

制造海盐是将海水导入海滩的盐池中,通过日晒蒸发掉水分,就得到了海盐,再经提纯制得可以食用的海盐。其约占食盐总量的15%~20%。我国的海盐主要产区在辽宁、河北、天津、山东、江苏等地。另外,海南、广东等也生产部分海盐,通常称为南方海盐,其产量较低。针对群众担心海水受污染影响食盐安全问题,某盐务局相关负责人表示,我国食盐生产要经过初级、中级、高级三级严格的化验和检测过程,检测达标后才会进入成品盐生产环节;成品盐生产出来后要经过水分和标准检测合格后才能进入市场销售,可确保每批食盐都是安全进入市场。

### 除了海盐 我国还有很多盐可选择

自然界中盐资源广泛分布,海水、盐湖、盐井和盐矿中都蕴藏着丰富的盐。我国是全球最大的原盐生产国,近年来我国食盐年产量稳定在1200万吨左右。按照来源,除了海盐,还有井矿盐和湖盐。

其实,井矿盐才是我国民众食用盐的主要类型。井矿盐是以石盐或地下天然卤水(不含沿海地下水)为原料制成的盐,其约占食盐总量的

70%~75%。将地表水注入地下盐矿,溶解石盐矿石后形成饱和卤水,引入真空制盐设备蒸发水分,制作成盐。井矿盐主要产区在四川、湖北、湖南、陕西、江苏、河南和江西等地。湖盐是从盐湖中采掘的盐或以盐湖卤水为原料制成的盐。其约占食盐总量的5%~10%,主要产区在青海、新疆、内蒙古和甘肃等地。

此外,按照加工工艺,可分为普通食盐(包括精制盐、粉碎洗涤盐、日晒盐等)和多品种食盐(包括低钠盐、减钠盐、调味盐、特殊工艺食盐等),它们在我们的生活中发挥着不同的用途。

### 吃碘盐 能不能防辐射?

不少民众担忧福岛核污染水排海后会污染食盐,还有人认为碘盐能够防辐射。对此,中国疾病预防控制中心营养与健康所办公室副主任张宇表示,碘盐中的碘、碘化钾含量都不高,两者都不具备防辐射作用,并且过量摄入碘、碘化钾还容易导致碘中毒,甚至危及生命。

资料显示,碘是新陈代谢和生长发育必需的微量营养素,是人体合成甲状腺激素的主要原料,我们常见的食盐中会有加碘食用盐,是强化碘营养素的食盐,用以防止碘缺乏病的发生。

另外,据中盐集团公布的最新数据,当前我国的食盐产品结构占比为井矿盐87%、海盐10%、湖盐3%,井矿盐和湖盐生产均不受日本核污染影响。张宇说,食用盐生产过程需遵循食品安全规定,有关部门已经启动了对相关区域海水放射性的监测工作,公众没有必要过分担忧。盐属于调味品,不宜过多购买,储存条件不当或时间过长还可能影响碘盐的质量,得不偿失。

中国环境科学研究院教授张金良表示,如果很担心排放核污染水的放射性问题,那么消费者购买的时候需要看清楚,尽量避开不选购海盐;此外,管理部门应加强食用盐放射性监测,建立食用盐放射性限值。

据《北京科技报》《新京报》