

华疗

活防癌

编者按:从即日起,本报与华东疗养院合作,针对近年来体检中常见的九类癌症进行科学解读,让读者更好地认识癌症,防患于未然。

任何年纪的人都可能患上鼻咽癌。看过《继承者们》吗?剧中一位韩国男星2017年因拍戏不停流鼻血,被诊断出鼻咽癌,化疗2年后,病情稳定,最近已完全康复。

何为鼻咽癌

鼻咽癌是一种临床发病率极高的恶性肿瘤,在耳鼻喉科的恶性肿瘤中高居榜首,由于鼻咽部位深且隐蔽,与周边有着非常复杂的比邻关系,临床表现又具有一定的差异性,故早期诊断难度很大,很容易因漏诊或误诊而错失最佳治疗时机。

预后如何

鼻咽癌患者的预后与是否准确、及时地进行早期诊疗有非常密切的联系,减少误诊可提高患者的治愈率。大家应充分了解鼻咽癌的早期症状,以加强防范。

有什么症状

鼻咽癌起病较隐匿,一般早期无自觉症状,仅少数人有鼻塞、流鼻涕带血、单侧头痛、耳鸣等症状。晚期癌细胞侵入颅脑,可出现耳鸣、听力减退、鼻衄、复视及颈淋巴结肿大、质硬。

尤其需注意,早期鼻咽癌症状与感冒相似,有不少患者没在意而延误治疗。

主要风险因素

鼻咽癌的风险因素有这几项。

隐蔽的鼻咽癌

性别 男性罹患鼻咽癌的概率高于女性2~3倍。

饮食 经常食用腌制蔬菜、咸鱼或咸肉。腌制食品含大量致癌物亚硝酸盐,可导致患鼻咽癌的概率大大增加。

EB病毒感染 绝大多数鼻咽癌细胞都带有EB病毒,多数患者的血液中也感染病毒。全球EB病毒感染相当普遍,在少年儿童中尤其多见。EB病毒并不能导致鼻咽癌,但基因因素可影响人体对EB病毒的反应。

基因 人的血型不同,组织类型也有差异。研究发现,某种组织类型的人更易患鼻咽癌。这是因为组织类型可影响免疫反应,包括对EB病毒的反应。

家族史 如果有家人患鼻咽癌,其他亲属患病风险就会

较高,成年人应定期进行筛查。但亲属均患鼻咽癌,是遗传基因、环境因素使然,医学界尚不清楚。

抽烟酗酒 很多研究指出,抽烟酗酒会提升罹患鼻咽癌的风险,尤其是患角化性鼻咽癌。

工作环境污染 一些研究表明,接触甲醛或木屑会增加罹患鼻咽癌的风险。

重视早期筛查

目前用于鼻咽癌筛查的方法主要有头颈部检查、EBV血清学检查、EB病毒DNA酶特异性抗体检查、鼻内镜检查等,其中头颈部物理检查、EBV血清学检查主要用于初筛,而鼻内镜检查等主要用于初筛后的进一步检查。

华东疗养院 供稿

小心处理鱼虾蟹 谨防被刺伤感染

前几天有一则新闻:浙江余姚一男子由于被虾刺中,险被截肢。报道讲述做水产养殖生意的姚先生,之前被对虾轻轻地刺破手腕,当时并未当一回事,没及时清理伤口,结果导致长达3年的痛苦求医历程,严重到差点要截肢。几经辗转,找出“元凶”,通过治疗,最终摆脱这场持续近3年的噩梦。

那么,是什么导致姚先生感染呢?

有一种微生物——海分枝杆菌,是条件致病菌。它属于分枝杆菌属,其传播途径与大家众所周知的结核分枝杆菌经呼吸道传染不同,海分枝杆菌易从破损的皮肤感染人体,由于这种分枝杆菌适宜生存温度为28℃~30℃,生长速度缓慢。姚先生的病情之所以严重,是因为他受伤感染时间太长,在求医1年后才发现致病真凶。

相关职业者要注意

海分枝杆菌能使鱼类、两栖类、爬行动物及人类等致病,渔民、海上工作人员、海产品销售人员及游泳爱好者等与鱼虾蟹、不含氯淡水、海水有密切接触者,在捕鱼、宰杀或销售水产时易被刺伤引起皮肤软组织

及手部感染,大多表现为肉芽肿性病变,故称为“鱼缸肉芽肿”或“游泳池肉芽肿”。随着游泳池实施氯消毒,“游泳池肉芽肿”已比较少见。

由于人们对海分枝杆菌感染认识不足,至今未引起足够重视,因此常导致漏诊、误诊等,就像开头所述姚先生的案例。因此,渔民或钓鱼爱好者,或曾与鱼虾、不含氯淡水、海水有接触,如果被鱼虾蟹刺伤,一定要及时进行伤口处理,不能掉以轻心,否则可能会酿成严重的后果。

正确处理伤口步骤

一旦被鱼虾蟹刺伤,应先挤出伤口中的部分血,用流水冲洗伤口,随后用碘伏消毒伤口,如果后续伤口处出现红肿热痛或化脓感染,应及时到医院就诊。若经过二周抗炎治疗后,伤口仍未愈合,应该向医生说明,创口为鱼虾蟹等刺伤所致,排查有无海分枝杆菌感染。

上海市疾病预防控制中心

李静 林维晓



本栏目由上海市预防医学会提供支持

口腔——负责“吃”的主要器官 (三)

“无糖”食品不伤牙?

辟谣

不注意口腔卫生,“无糖”食品也伤牙。

分析

目前,市面上有很多“无糖”食品,深受糖尿病患者欢迎。这些食品用代糖或甜味剂(如木糖醇、阿巴斯甜等)代替传统的蔗糖,有助于糖尿病患者控制血糖。很多人认为,糖吃多了容易蛀牙,无糖食品不含糖,不会导致蛀牙。实际上,“无糖”食品虽然不含糖,但其中含有的酸性添加剂也会侵蚀牙齿,增加酸蚀症及牙齿龋坏的发生风险。无须因为害怕蛀牙而拒绝含糖食物或刻意选择无糖食品,只要认真做好口腔清洁工作,就能保护好牙齿。

掉一两颗牙不要紧,不必急着装假牙?

辟谣

缺牙应及时修复。

分析

哪怕一颗牙齿缺失,也会影响整个牙列的完整性。牙齿缺失后如果没有及时修复,剩余的牙齿负担加重,更容易出现松动、移位、伸长,以及咀嚼效率降低、偏侧咀嚼、双侧颞颌关节负荷不一致、面部不对称等问题。因食物咀嚼不充分,还会增加消化系统的负担,影响营养物质的吸收。因此,老年人一旦发生缺牙,应及时修复。

牙痛了,吃点止痛药就行?

辟谣

牙痛不能乱吃药。

分析

导致牙痛的原因很多,如龋齿、牙龈炎、牙周炎、智齿冠周炎等。止痛药只能暂时缓解症状,并不能从根本上解决问题,有时甚至可能延误治疗时机,导致病情加重。

需提醒的是,有些牙痛并非牙齿本身病变所致,而是其他疾病的“信号”。比如:一些患者在心绞痛发作时,疼痛会放射到颌面部,主要表现为牙痛,而非胸痛。

复旦大学附属中山医院 供稿

