

嗅觉差异与基因有关

有一些气味会使大家都觉得讨厌,但对于某些气味而言,却是因人而异。《当代生物学》杂志网站8月1日公布的两项新研究发现,基因差异造成不同的人对气味的灵敏度和感受截然不同。研究人员发现,相关的基因变异都存在于或邻近那些对所谓的嗅觉受体进行解码的基因。嗅觉受体分子位于我们鼻内的感觉神经细胞表面。当接触到飘散在空气中的化合物时,神经细胞将向大脑发送脉冲,最终让人闻到气味。

选对项目比体检本身更重要

40岁最好做一次肠镜检查

(上接B01版)

莫因“粗放式体检”生遗憾

尽管常规体检对癌症的检出率并没有我们想象中的高,但专家们一致认为,每年一次的体检还是很重要的临床发现,那些有体检习惯且在体检中发现肿瘤的,大都以早期的为主,愈后也相对较好。

此外,体检还能够发现一些常见病、多发病,同时也可以对自己的身体有一个全方面的了解,通过把今年和去年的结果进行对比,对自己的身体健康就更有针对性。

“像我国发病率比较高的几种癌症,肺癌、胃癌、结

肠癌等通过现有体检项目,检出率还是很低的。”山东大学第二医院健康管理中心主任刘斌坦承,在该中心体检发现的癌症“不是太多”。而原因主要是,很多有价值的检查项目,患者因各种原因限制并没有选择。

专家坦言,在一些时候,选对体检项目,比体检本身更重要。

“现在一般的体检项目中,都有胸片。”韩俊庆表示,虽然也有肺部肿瘤患者是在体检中发现的,但想通过这种胸片早

发现肺部肿瘤有一定局限性,“这种片子,纵膈看不清楚,而很多肺部肿瘤是纵膈型的。”

“胃癌的检出率更低。”作为消化内科的专家,刘斌对我国胃癌的防治很是担心。“在日本,早期胃癌的检出率高达50%-60%,而我国只有5%左右。”刘斌说,这是因为日本早就将胃镜等针对胃癌的检查纳入了体检项目。

济南市中心医院健康体检中心科主任韩向阳就曾碰到一个让人惋惜的事例。一位39岁的年轻小伙子,表面上看

并没有什么问题,有一天突然感到不适,很快就因诊断为胃癌而去世。在他生前所做的体检中,从未做钡餐的检查,第一次做钡餐就查出胃癌晚期,不久便撒手人寰。

《2012中国肿瘤登记年报》显示,居我国恶性肿瘤发病第一位的是肺癌,其次为胃癌、结直肠癌、肝癌和食管癌,前10位恶性肿瘤占全部恶性肿瘤的76.39%,而这些癌症通过体检发现的却非常少。这也显示出对体检项目科学遴选的重要性。

特殊群体应增加的专项检查

韩俊庆表示,现在虽然对导致癌症的确切原因还不明确,但像空气、水等环境污染,以及食物中添加剂、辐射等都可能都是导致癌症高发的原因。近年来癌症的发病率也呈现出不断年轻化的趋势。

专家提醒一些高危群体,要想提前发现癌症,可以在体检中增加一些专项检查。

每年一次甲状腺B超

刘斌表示,虽然一些甲状腺病变可以通过触诊发现,但检出率远不如B超。以甲状腺结节为例,据相关统计,甲状腺结节触诊检查的检出率为3%-7%,而通过高分辨率超声检查,甲状腺结节的检出率高达20%-76%。

“成人最好一年做一次甲状腺B超。”刘斌同时提醒,因为年龄越大病变的可能性越大,因此45岁以上的最好半年能查一次。

40岁以上可做胃镜

我国是消化道癌症的高发地区,其中胃癌、食管癌等都居我国十大癌症之列。专家表示,进行胃镜检查对早发现食道癌、胃癌有不错的效果。因为胃镜检查可以直接观察到微小病变,同时可以方便地钳取病性组织进行病理检查。

“主要是因为经济原因,现在选择这种项目的单位体检还很少。”刘斌提醒说,胃镜检查不一定每年都做,有必要的时候再做就行。

刘斌介绍,要早发现胃癌体检中可以增加胃蛋白酶原



和幽门螺杆菌感染检测,如果有异常,可以再辅以胃镜检查。“如果第一次胃镜发现问题,可以隔2-3年再做一次。”

据介绍,胃癌高危人群主要有,有胃癌或食管癌家族史者,慢性胃炎等疾病患者,饮食习惯不良者,长期酗酒吸烟者等。

40岁最好做一次肠镜

“40岁的时候,最好做一次肠镜检查。”王雷介绍,肠癌除了遗传因素外,主要的诱因是息肉、溃疡等长期病变。“所以,如果查一次没有问题,又不属于高危人群,就没有必要每年都查。”他建议,如果没有问题可以隔5年左右再查一次。

王雷提醒,有家族史的市民,应该将第一次检查的时间提前,“如果有亲属40岁时患过肠癌,那自己最好提前到30岁时做一次肠镜检

查。”此外,如果有反复腹泻、便秘以及溃疡性结肠炎的市民,应该在专业医生的指导下,进行检查。

每年一次CT平扫

济南市中心医院肿瘤科副主任医师赵建强表示,肺癌是我国第一大癌症,目前单位体检中,一般都包括胸部X光片,这是筛查肺部疾病(包括肺癌)应用普遍的体检项目,但是胸片一般比较模糊,对早期筛查肺癌作用有限。

“做个CT平扫效果可能更好。”韩俊庆表示。据相关统计,CT对于周围型肺癌最为敏感,增强型CT对于3毫米以上病变的敏感性为90%,对于1厘米以上病变的敏感性可达95%。

女性每年做一次

HPV+TCT

很多经过检查排除了癌症。“还有些癌症患者,可能相应的肿瘤标志物并不升高。”

随着癌症发病率的升高,许多市民也都想能尽量早发现是否患有癌症。一些机构似乎从中看到了商机,甚至有些机构表示可以通过抽血查出癌变率。但专家表示,如果单靠一种抽血就能够查出肿瘤,只能说是目前

刘斌建议,有性生活的女性都应该注意筛查宫颈癌,“现在一些单位体检中,还是能发现很多宫颈癌的。”他介绍,现在宫颈癌筛查有较成熟的办法,即HPV+TCT。

专家建议,若连续三年两项都呈阴性,可改为每三年一次;若HPV阳性,应定期随访。若TCT为阳性,应做阴道镜检查或宫颈病理活检。若没有癌前病变,则应在专科医生指导下,接受必要的治疗,并继续随访。

前列腺检查不可忽视

刘斌表示,由于早期前列腺癌没有明显症状,因此发现年龄大多较晚,以65至75岁之间的比例较高。因此,50岁以上的男性不要忽视前列腺检查(若直系亲属中患过前列腺癌,建议提前至40岁)。筛查前列腺癌的方式主要有B超等影像学检查,还有特异性抗原(PSA)检查。

人类一种美好的愿望,但是如果现在有人打出这种旗号的话,就是一种欺骗。

“现在的医学技术,要想做到所有癌症早发现还是很困难的。”刘斌表示,现在还没有一种方式可以保证100%早发现某种癌症,“像胰腺癌、肾上腺癌等,想通过普通的超声等检查做到早发现就是比较难的。”

心理视窗

“夜猫子”更易自恋

心理学家发现,相比那些早睡早起的人,夜猫子们表露出更多以下的性格特征:自恋、权术主义和心理变态倾向。这些特征常被称为“黑暗三性格”。科学家猜测该性格特征更多出现在夜猫子身上可能跟我们的进化史有关。他们称黑夜或有助于那些在群体中采取“骗子策略”的人隐藏自己。一些群居动物会利用夜幕做掩护,将雌性从有地位的雄性身边偷过来。最近在非洲的犀牛身上发现了这种行为。

澳大利亚悉尼大学的心理学家彼得·乔纳森博士说:“在别人都熟睡且认知功能减弱的时候占据一个昏暗的环境并进行探索,对所有追求快生活策略的人来说有着不同的成效。夜晚的特点也许能方便随意性交,勾引他人、冒险等等与黑暗性格相关的行为。总而言之,有黑暗性格的人跟狮子、非洲鬣狗和蝎子等掠食性动物一样,是夜间生物。”

乔纳森博士和同事调查了263名学生,让他们完成一系列性格测试。该研究被刊登在《个性与个体差异》期刊上。调查发现,那些黑暗性格分数越高的人,越觉得自己在晚上的效率更高。他们还发现那些晚睡的人对自己应得的权益更敏感,也更具有开拓精神。然而,他们没有找到黑暗性格跟参与者性别有关的证据,从而排除了夜间活动倾向跟性别进化有关的可能。

更聪明加更黑暗 相当于更危险

之前的研究指出“夜猫子”似乎更聪明,但要是跟黑暗性格结合,就会变得危险。臭名昭著的希特勒就是经常熬夜,他身上体现出了黑暗性格。但其他“夜猫子”例如前美国总统比尔·克林顿和前英国首相温斯顿·丘吉尔则被指出没有显示一丁点儿黑暗性格的极端特质,同类的还有美国总统奥巴马、猫王普雷斯利和爱尔兰作家乔伊斯。而著名的“百灵鸟”(早起的人)有拿破仑、海明威和小布什。乔纳森博士说:“我们觉得找到证据证明这样奇妙的关系,就能更好地说明拥有强烈黑暗性格的人或许可以在特定的场合下作出调整。全世界的人都可能具有黑暗性格的特质。那些想利用他人的人会更倾向于晚上,因为晚上意味着很少人还能清醒地察觉被人利用。”

晚睡?早起?

随年龄增长而改变

有研究指出“夜猫子”会更外向,也更有创造力,例如诗人、艺术家等。早睡早起者更多是从事公务员、会计师这样的职业。英国萨里大学的研究发现,基因决定这人是晚睡的“夜猫子”还是早起的“百灵鸟”。英国拉夫堡大学的睡眠研究专家吉姆·霍恩教授说:“有很多东西都跟我们何时入睡何时起床有关系。短睡者更狂热,喜欢冒险及夸大妄想。早起型的人较刻板,不能随意更改自己的生物钟。而晚间型的人更容易适应倒班和时差。在现实生活中,人们都不是固定属于某一种类型的。基因的影响只占10%,我们早睡还是晚睡是会随着年龄的增长而改变的。我们年轻的时候总喜欢晚点再睡。学生时期的人都想逞能,这些都有可能影响到实验的结果。”

(广州日报)

“单靠一种抽血查肿瘤”不可信

尽管增加一些针对性检查可以大大提高一些癌症的早发现比例,但要想实现所有癌症都能早发现仍然还是人类“美好愿望”。

据介绍,除了以上的检查项目,肿瘤标志物也是早期发现癌症的方法。现在有十多种肿瘤标志物,像现在体检套餐中常见的甲胎蛋白(主要针对肝癌、恶性畸胎瘤、少数睾丸

癌和卵巢肿瘤患者指标会升高),癌胚抗原(针对大多数恶性肿瘤如肠癌、胃癌、少数乳腺癌)以及前列腺特异性抗原(PSA)等。

“但是这些肿瘤标志物的敏感度、特异性等都不是太高。”韩俊庆表示,体检中发现某项肿瘤标志物指标升高,并不表示一定得了癌症,还需要做其他检查来确认,