

一种酶能够“阻击”癌细胞转移

日本熊本大学宣布,其研究小组发现人体细胞分泌的一种酶具有遏制癌细胞转移的效果。由于很少有药物能够防止癌细胞的转移,因此这一发现有可能促进医学界开发出新的癌症药物。该校研究人员此前曾发现,与正常的细胞相比,癌细胞会大量分泌一种蛋白质,名为血管生成素样蛋白2。这种蛋白质能够促进肿瘤血管的生成,提高癌细胞的运动性,从而促进癌细胞转移和浸润到周围的组织中。



健康说

齐鲁晚报

今日潍坊

C08

2014年4月21日 星期一

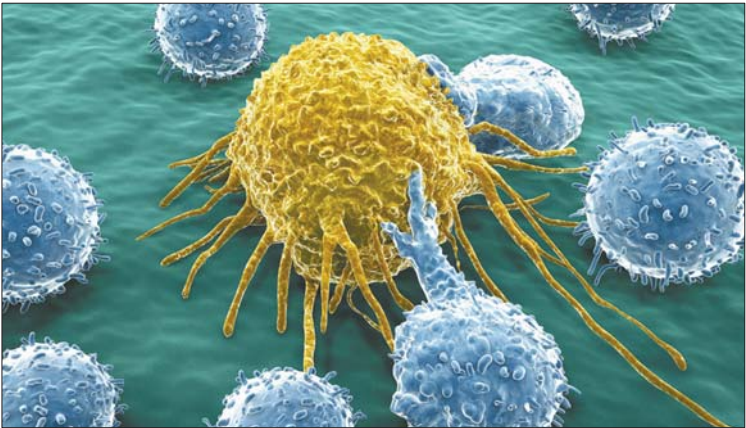
编辑:马媛媛

美编 组版:李洪祥

饮食小习惯 埋下健康大危机

本报记者 马媛媛

潍坊肿瘤专家们表示,在各种癌症中,消化道癌症是与饮食关系最为直接的癌患。近年来我国消化道癌症的发生率呈明显上升趋势,肝胆、胃、食管、肠等消化系统的癌症占全国恶性肿瘤发病率的六至七成。专家们指出,一日三餐提供生命所需的营养和热量,让人们享受美味,看起来简单,但一些小的饮食习惯却可能埋下大的健康危机,国内外很多经典调查研究均已证实饮食习惯不仅能大大改变消化道癌症的发生几率,也影响着消化道肿瘤的治疗和愈后。



高温和腌制食物诱发食管癌

消化系统的第一站是食道。我国属食管癌高发国,发病率最高的是河南、河北、山西太行山等地区,这些地区食管癌高发与饮食习惯有很强的相关性。太行山区居民常将青菜叶、萝卜叶、红薯叶略微水煮后发酵制成酸菜

长时间食用。相关对比研究显示,食用这类酸菜时间越长,食管癌发病率越高。潍坊市疾控专家说,酸菜中含有多种亚硝胺,且存在苯并芘和其他致癌化合物,已证明食用酸菜量与食管癌发病率成正比。另外,长期进食过

热、过硬、粗糙食物以及辛辣刺激性食物,可引起食管黏膜损伤,长期、反复作用可以造成黏膜增生间变,促进肿瘤发生或成为肿瘤发生的一个条件。膳食中缺乏维生素尤其是维生素C及维生素B2也可以使食管黏膜增生、间

变,进一步引起癌变。微量元素铁、钼、锌等的缺乏也和食管癌发生有关。

疾控专家说,在饮食方面预防食管癌一定要少吃腌制及不新鲜食品,吃饭应该细嚼慢咽,不喝过热的汤,不吃过热的食物,不喝烈性酒。

高盐饮食易致“家庭”胃癌

胃癌是发病率较高的消化道肿瘤。我国胃癌发病率在男性肿瘤发病中排第二位,全国发病人数以每年1.6%的速度上升。其早期发现率仍然较低。潍坊各医院肿瘤科早期胃癌病人只占年收治病人的8.7%,90%以上是中晚期病人。专家表示,随着人们生活习惯的改变,目前

的胃癌呈现出一些新特点,40岁以下的年轻患者逐年增多,这可能与年轻人工作紧张、饮食不规律,常吃垃圾食品和夜宵有关;胃癌发病原因在变化,以往我国的胃癌病人多是与胃溃疡等慢性胃病密切相关的胃远端肿瘤患者,而近年来欧美多发的与高热量高蛋白饮食有关的胃近端肿

瘤患者开始增多,这也是胃癌发病的西化趋势。

专家介绍,胃癌的发生与家庭生活习惯最为密切,临床上夫妻等家庭多个成员患胃癌的情况很常见。高盐饮食是家庭成员患胃癌的重要原因。摄入食盐浓度过高不仅可损坏胃黏膜,增加其对致癌物质的易感性,还会使胃排空减

慢,延长致癌物与胃黏膜的接触时间。此外,现在生活中很多“隐性盐分”应受到关注。除高盐饮食外,比较明确的可诱发胃癌的饮食习惯还包括长期吸烟、饮烈性酒;长期食用含大量硝酸盐和亚硝酸盐及杂环胺类物质的食物;剩饭剩菜等可能霉变食物。

不吃早点易诱发胆管癌

胆道恶性肿瘤发病率在消化道肿瘤中迅速攀升,而胆道恶性肿瘤现已同胰腺癌一样被医学界称为“癌中之王”。市肿瘤专家提醒市民,肥胖(fat)、女性(female)、40岁以上(forty)、有家族史者(family)的“4F人群”是胆道系统肿瘤的高危人群,需定期筛查警惕发病。另外,长期

不吃早饭和不时吃饭都可能诱发胆管癌。

专家说,约70%的胆管癌患者发病与存在胆结石有关,这主要归结于胆结石的存在常会引起黏膜长期慢性炎症、感染而容易使细胞增殖调控紊乱,从而导致癌症。人体进餐后,胆汁酸从肝脏、胆囊排出进入肠道帮助消

化,再经肠进入肝脏和胆囊。一般来说,这种“肝肠循环”一天要进行三次。如果长期不吃早餐或经常节食,胆汁酸正常的循环机制就会被打乱。胆汁酸流动减少,则无法充分溶解胆固醇,导致胆固醇的浓度增高,发生沉淀生成胆结石诱发胆管癌。他提醒市民健康人群保持健康的

生活习惯,注意劳逸结合,经常参加体育活动、按时吃早餐、避免发胖、减少妊娠次数等都是非常重要的预防措施。对于“4F人群”来说,一旦患有胆道疾病要定期检查积极治疗,至少每年要做一次B超筛查,以尽早发现胆道内病灶,符合手术条件的应尽早手术。

双手麻木,当心腕管综合征

专家提醒,延误治疗将导致肌肉萎缩

本报记者 马媛媛 通讯员 苗广锋

腕管综合征的名称对于大家来说可能并不熟悉,不过,如果长期和电脑打交道,经常使用键盘和鼠标,又出现手腕疼痛的症状时,就需要警惕此病了。近日,解放军第89医院腕关节门诊接诊了不少患有腕管综合征的年轻市民。该院手外科赵志钢主任指出,除了先天变异、骨折外,长期劳损是腕管综合征发生的重要诱因,因此,学会劳逸结合才是避免小毛病积累成大问题的有效途径。

市民张女士在市区一家广告公司工作,负责电脑设计,一个星期前她发现双手时常有麻木感,有时连拿

碗都有些力不从心。她在朋友的推荐下来到解放军第89医院腕关节门诊就诊,被诊断为“腕管综合征”。赵志钢主任表示,最近遇到的“腕管综合征”患者不少,日常生活中诸如洗碗、点鼠标、敲键盘、长时间紧握车把骑车等细节都可能诱发此病。

据相关数据显示,每100人中就有5—10人患有不同程度的腕管综合征,该病并不严重,通常病人只需吃药和休息就能恢复,但如果没有引起重视,导致部分肌肉萎缩,就必须手术。

89医院腕关节门诊赵志钢主任提醒,从事手腕部

运动较大工作的人,最好每10分钟调整一下姿势,中途做一些握拳、用力张开手指的动作缓解疲劳。

腕管综合征看似小病,但越早治疗越易根治,延误治疗不仅错失治疗良机,严重者甚至有可能发展成永久性活动不便。不少人将腕管综合征归咎于肌肉劳累或劳损,认为休息便能缓解,其实不然,长期置之不理,会导致肌肉的萎缩,病症可能会越来越严重。赵志钢主任表示,腕管综合征最常见的症状包括手掌、手指、手腕、前臂和手肘僵直、酸痛或不适,手部时常感觉到刺痛、麻木、冷、握力和手

部各部位协同工作能力降低,夜间疼痛往往会更加厉害,疼痛往往迁延到胳膊、上背、肩部和脖子,出现这些症状应及时到医院检查。

赵志钢主任介绍,治疗腕管综合征最有效的办法就是腕关节镜手术。腕关节镜是一种微创技术,在数字高清摄像监视系统下,应用史塞克2.7mm小关节镜进入关节腔,手术创面只有2-3个0.3cm切口,通过图像系统把图像传到电视监视屏幕上,在电视监视下进行诊断和治疗。手术创伤小,免除了开放手术的痛苦,不破坏腕关节的解剖结构,效果好,恢复快,术后2-3天即可出院。

癌症的早期信号

1.肿块

身体任何部位的肿块,如乳腺、颈部或腹部肿块日久不消,尤其是活动度差、表面不光滑且短时间内快速增大者。女性如果发现乳房皮肤发红、皮疹、内部肿块必须去检查。非哺乳期女性乳头凹陷,常常流出液体也应警惕。

2.消化不良或腹胀

长时间不明原因持续消化不良或腹胀,可能是喉癌、食道癌、胃癌等的症状。一些女性认为腹胀很常见,但腹部持续肿胀、有压迫感及疼痛,出现进食困难或饱腹感且上述表现持续数周,可能是卵巢癌的征兆。

3.体重下降或消瘦

没有刻意地加强锻炼,没有明显的运动量增加,没有减少饮水量或故意节食,没有出现感染引起的大量腹泻,在短时间出现不明原因的体重下降或明显消瘦就需要考虑是否存在病理性体重下降即由甲亢、糖尿病、肿瘤等一些疾病引起的体重下降,出现这种情况应及时就医首先确定是否是肿瘤引起的征象。

4.发热

不明原因的发热可能是危险征兆。淋巴瘤、白血病等恶性肿瘤在早期会出现发热症状。美国癌症协会表示,癌症扩散至身体其他器官时,通常会导致体温升高。但如果及时就医、仔细甄别,应该能很快确定发热原因,给予正确有效的相关治疗。

5.疼痛

身体某处莫名出现疼痛并持续一周以上应尽快查明原因,因为无缘无故的疼痛可能是由癌症引起的。比如,长期腹痛是大肠癌的症状,胸部疼痛可能是肺癌引起的,骨的酸痛则可能是癌症转移的症状。

远离病媒侵害 你我同享健康

市人民医院专家赴清平社区义诊

本报4月20日讯(记者 马媛媛 通讯员 王众 陈静玲)今年世界“世界卫生日”的主题为“远离病媒侵害,你我同享健康”,结合2014年“健康妇幼年”活动,近日,潍坊市人民医院专家来到潍城区清平社区,为社区居民义诊。

本次活动由潍坊市人民医院客服部组织,妇科主任医师方志文、儿科主任医师李志勇、保健科副主任医师刘传亮、营养科副主任护师夏美莲组成的。专家组于4月12日上午,走进潍城区清平社区,面向社区妇幼居民及老年病人开展大型义诊活动,宣传卫生保健知识。

8:30分,人民医院专家组到达社区,卫生服务站门口早就聚集了大批社区居民。专家们详细询问病人病情,认真解答居民提出的问题并制定合理的治疗方案。同时对儿童常见病防治、妇科疾病与卫生、老年心脑血管疾病及常见营养问题等,向居民们进行了健康宣教,共有60余位居民得到了专家的服务。

这次义诊得到了院领导的大力支持以及各科室积极配合,为活动的圆满成功奠定了基础。各位专家认真负责的工作态度,感动着在场的每一位受治群众。义诊活动实践了便民惠民、服务群众、宣传普及医学知识的行动目标。