

全国肿瘤防治宣传周即将到来

# 泰医附院肿瘤科将开展义诊活动

4月15日至21日是第22届全国肿瘤防治宣传周,本次宣传周主题为“科学抗癌,关爱生命”,副主题为“癌症防治,我们在行动”。本期空中诊室,我们邀请到泰山医学院附属医院肿瘤科主任医师、教授,访美学者刘海燕,她为我们讲解了肿瘤的预防与治疗措施。癌症的发病率在逐年攀

升。刘海燕教授介绍,时至今日,癌症的神秘面纱依然没真正揭开,但是许多对癌症“误解”或多或少造成了大家困惑和恐惧。

为了让泰安市民掌握科学防癌知识,提高人们防癌、抗癌意识,泰山医学院附属医院肿瘤科将开展肿瘤防治宣传、义诊公益活动。

4月18日上午8:30-11:00,门诊楼一楼大厅,现场解答患者有关肿瘤预防、早期筛查、规范化治疗、肿瘤康复、PICC护理等问题,并为参加活动的患者赠送健康保健、康复等书籍。

4月15日-22日,到泰医附院肿瘤科就诊咨询的患者可享受免专家诊疗费优惠。

4月19日和4月21日下午三点至四点,在泰山医学院附属医院2号楼4层将举行科普知识讲座,两次讲座主题分别为“营养与肿瘤——介绍营养的重要性、营养不良的判断、饮食的误区、如何补充营养,并通过饮食营养防治肿瘤”和“肿瘤的预防与早期筛查——宣传癌症的三级预防,倡导健

康积极的生活方式,消除对癌症的误解和恐惧,树立战胜癌症的信心”。到时专家会对人们关于肿瘤与饮食营养、肿瘤预防等方面的疑问进行解答与健康指导。

刘海燕教授提醒,前来义诊的患者要带好相关病例资料并欢迎提前预约。预约电话:6236830 6232658 (路伟)



泰山医学院附属医院肿瘤科主任医师、教授,访美学者刘海燕。

**刘海燕**,泰山医学院附属医院肿瘤科主任医师、教授,访美学者。1993年毕业于山东医科大学医学系,一直从事肿瘤科临床、教学、科研工作,熟练掌握了各种中晚期肿瘤的综合治疗,擅长治疗食道癌、肺癌、乳腺癌、胃肠道肿瘤、肾癌的综合治疗,熟练掌握肺癌、肾癌、胃肠道间质瘤的分子靶向治疗以及晚期肿瘤的姑息治疗,开展了腹腔灌注化疗与体外高频热疗相结合治疗恶性体腔积液的治疗与研究,疗效显著。主持课题2项,编写专著1部,发表论文10余篇。

电话:6236823(门诊) 6236830(病房)

◎ 坐诊专家

## 定期体检尽早发现 癌症可防也可治

本报记者 路伟

对于肿瘤的认识,不少人还停留在“死刑”的层面,泰山医学院附属医院肿瘤科主任医师、教授,访美学者刘海燕纠正道,肿瘤其实是一种可防、可治的疾病,她建议有条件的市民定期做针对性体检,发现肿瘤及时治疗,为预后打下良好基础。

### 1 三成多恶性肿瘤 早期治疗可康复

据世界卫生组织发布的全球死亡率最高的四类慢性疾病中,前两位就是癌症(28.1%)和心脑血管疾病(27.1%)。“大多数人对心血管病处之泰然,面对癌症却如同判了死刑,对癌症的恐惧远远超过了心血管病等疾病,恐惧的根源正是大众对于癌症未知。”刘海燕教授说。

癌症其实是一种伴随着衰老而出现的常见疾病,癌症的

发生是一个长期的、渐进的过程,要经历多个阶段,从正常细胞到演变成癌细胞,再到形成肿瘤,有一个较长的潜伏期,只要早期发现,早期规范化治疗,癌症是可以控制和治愈的。

世界卫生组织早在1988年就把癌症防治归结为“三个1/3”,其中1/3是可以预防,1/3可以通过早发现、早诊断、早治疗达到治愈,1/3不可治愈,但通过适当治疗可以控制,获得较

好的生活质量进而延长生存。

刘海燕教授解释道,30%以上的癌症通过戒烟限酒、采取健康饮食、适度运动和保持心情愉悦等是能够预防的。另外1/3癌症通过早期筛查,早期发现,早期积极的治疗能使患者走向真正的康复,达到治愈。剩余的1/3是晚期癌症患者,虽然不可治愈,但可以通过整合作战,多学科综合治疗带来显著获益。

### 2 黑痣突然变大 尽快做个检查

“癌症越早发现,越快加以干预和治疗,患者的治愈率才会越高,治疗的痛苦也会减少很多。”刘海燕教授说。

如何能做到早发现呢?刘海燕教授提醒,在生活当中应密切关注身体的变化,特别对一些无痛的肿块、结节或忽然

变大的黑痣、黑斑提高警惕。久治不愈的溃疡,不容易愈合的伤口等等都需要引起关注。有条件的人群最好每隔1-2年定期去医院做癌症筛查。

刘海燕教授特别提醒有肿瘤家族史的市民,更应该重视查体,特别是以下几种癌症。

“结肠癌是家族性多发性息肉者的肠癌发生率远远高于一般人群;母亲或姐妹患乳腺癌的女性,患乳癌的危险增高。”刘海燕教授说,此外,家族史是卵巢癌的重要危险因素;有家族史而且吸烟的人,其患胰腺癌的危险增高6倍。

### 3 定期做有针对性体检 发现肿瘤尽早治疗

对于如何预防癌症,刘海燕教授提醒,应该养成良好的生活起居习惯,不熬夜、不吸烟少饮酒、不暴饮暴食,注意劳逸结合,保持良好的心态,及时减压。

还应该养成良好的睡眠习惯,睡眠不仅可以缓解疲劳,而且还可以帮助脾胃消化食物,如果一个人晚上睡不好或者经常熬夜,除第二天会精神不振外,

身心机能也都会处于萎靡状态。此外还应合理膳食、均衡营养,这不仅可以提供机体每天所需的营养物质,而且还可以正常供给机体所需能量,暴饮暴食会导致身体发胖进而危及健康。

经常参加体育锻炼可使心血管疾病、糖尿病及肿瘤发生机会降低二到三倍。适度锻炼不仅可以增强血液循环,而且还可以

保持良好的精神状态。

“肿瘤预防的重中之重就是定期体检,这里所说的体检是针对个人情况所进行的有针对性的体检。”刘海燕教授说,做好定期检查,发现肿瘤及早治疗。

美好的心情是疾病的良药。刘海燕教授提醒大家要放平心态,保持向上的心情,压力大导致的心情抑郁容易触发肿瘤。

### 泰山医学院附属医院 肿瘤科

泰山医学院附属医院肿瘤科是泰安地区开展肿瘤化疗、放射治疗时间最早的科室。经过近30年的不懈努力,目前在医疗、教学、科研及预防等方面都取得了长足的发展,形成了自己学科发展的特色,即集肿瘤内科治疗、放疗、肿瘤微创治疗、姑息治疗、生物治疗、肿瘤预防及早期诊断等为一体的肿瘤综合性诊疗科室,是山东省医学重点学科建设单位、国务院学位委员会批准成立的肿瘤学硕士研究生培养点,是山东省癌痛规范化诊疗示范病房、山东省肿瘤护理学培训基地及泰安市护理服务示范病房。

科室有一支结构合理、业务能力强的肿瘤综合治疗专业队伍。现有医师26人,其中主任医师/教授3人,副主任医师/副教授2人,主治医师6人,硕士研究生导师4人,医学博士2人,医学硕士20人,高级访美学者2人,物理师2人,其他技术人员10人,护士40余人,开放三个病区,病床110张,每年收治肿瘤病人近2000余人次。规范的多学科协作的个体化综合治疗是科室的治疗特色,在恶性肿瘤的综合诊治方面现已达到省内领先的水平。

肿瘤科在过去三年内发表学术论文,论著30余篇,参编著作5部,获省市级科研奖励7项,现承担省部级再研课题8项。协助中华慈善总会、中国初级卫生保健协会、中国新药促进会对泰安地区低保、低收入人群的晚期肝癌、肺癌、胃癌病人进行无偿、有偿援助,目前已有近20位病人从项目中获益,造福当地百姓,也收获良好的社会效益。

■ 科室简介