



本期达医: 刘海荣

恶性肿瘤已成为居民健康的主要威胁,随着医学不断发展,治疗手段日益丰富,癌症正向慢性病靠拢。

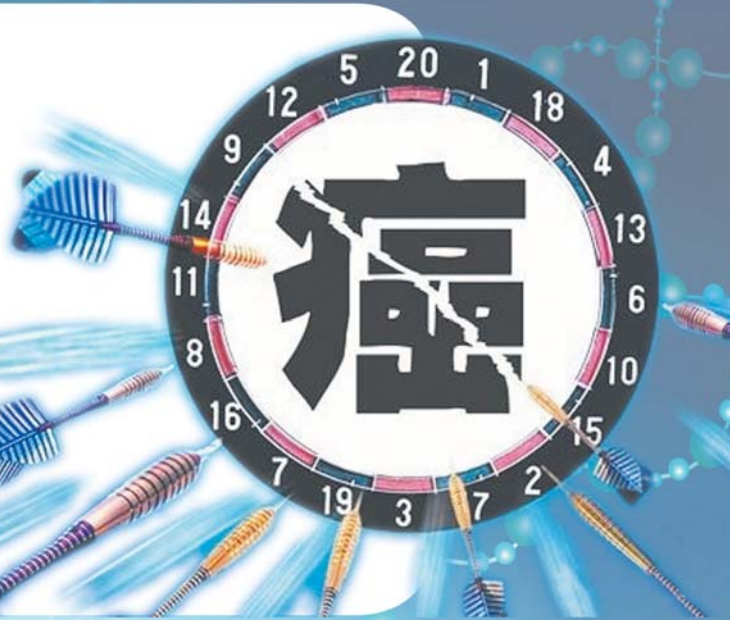
山东第一医科大学第一附属医院肿瘤内科副主任刘海荣介绍,恶性肿瘤如果有合适的靶点,靶向治疗可以有较好的效果,如肺癌、乳腺癌、卵巢癌、软组织肿瘤、肾癌、肝癌、胰腺癌等。如今,越来越多肿瘤患者通过选择靶向药物,来提高疾病控制率,延长生存期。



扫码看直播



欢迎扫码加入
齐鲁晚报抗癌社群



靶向治疗堪称“生物导弹”

对癌细胞精确打击,给癌症患者带来新生机

齐鲁晚报·齐鲁壹点记者 秦聪聪

靶向治疗 书写抗癌奇迹

王女士确诊卵巢癌时已有远处转移,但她却在抗癌路上勇敢前行了4年。某种程度上,书写这个奇迹的,就是靶向治疗。

刘海荣介绍,王女士发病时已有腹腔、胸腔积液和锁骨上淋巴结转移。给予化疗治疗后,效果不理想,后来经过筛查,确定可以进行靶向治疗。结果,病情控制很好。再次进展后,加上化疗,化疗药物再次起效。这也就是说,靶向药物有提高化疗药物敏感性的作用。

“靶向治疗是在细胞分子水平上,针对已经明确的致癌位点的治疗方式,所以分子靶向治疗又被称为‘生物导弹’。”刘海荣解释说,如果把化疗药物和靶向治疗药物看成炸弹,化疗药物这颗炸弹不分敌我,效果很明显,不良反应也很明显;靶向治疗药理论上精确制导的导弹,实施对肿瘤细胞的精准打击,对正常细胞损伤比较小。

据介绍,免疫治疗是近年来非常热的一种治疗方式,它其实也是一种靶向治疗,靶点是免疫检查点分子。

免疫检查点分子表达于免疫细胞上,抑制免疫细胞功能,使机体无法产生有效的抗肿瘤免疫应答,肿瘤形成免疫逃逸。免疫检查点分子的抑制剂,改善免疫刹车,通过恢复机体正常的抗肿瘤免疫反应,从而控制与清除肿瘤。

“靶向治疗可以用在肿瘤的辅助治疗,也可以用在维持治疗和晚期肿瘤治疗。”刘海荣说,现在很多肿瘤例如胃癌、肺癌都可

以考虑通过靶向治疗达到能够手术的程度。当然,不是肿瘤晚期才能应用靶向治疗,肿瘤早期也可以使用。

靶向治疗需先检测基因 有遗传风险的家属也要注意

刘海荣指出,靶向治疗目前大部分需要基因检测。例如肺癌的靶向治疗,如果基因检测有合适的突变位点,靶向治疗有效率能达到70%;如果没有合适靶点的化疗,这类靶向药物的有效率只有不到3%。

“广义上讲,所有肿瘤患者都可以做基因检测,指导靶向药物的应用。狭义上讲,根据指南推荐,不同癌种、不同分期,出于不同目的,可以做基因检测,选择不同的靶向药物。”刘海荣说,还是以肺癌为例,如果家庭经济条件一般,可以做常见的几个基因位点,例如EGFR\ALK\ROS1等,选择肺癌常用的靶向药物。

如果经济压力不大,可以选择跨癌种,尽可能多的、几十种甚至上百种基因位点的检测,筛选出除了常规靶向药物外,还有没有其他跨癌种的、未上市甚至在临床试验的靶向药物,当然这种基因检测费用很高。

刘海荣告诉记者,有部分肿瘤的基因突变是个人携带的,这类肿瘤也没有遗传的风险;也有部分肿瘤,例如有BRAC基因突变的乳腺癌和卵巢癌患者,它具有遗传的风险;再比如林奇综合征,如果通过基因检测明确了,家人可能就更容易在年轻时患卵巢癌、结肠癌、胃癌等,就需要定期查体,早诊早治。

临床中,也有一类靶向药物不需要基因检测,例如抗血管生成药物,其作用机理是通过抑制肿瘤新生血管的生成,从而阻

断肿瘤的营养供给,从而达到抑制肿瘤增殖或转移目的。

刘海荣强调,靶向药物的选择应该根据患者的基因检测或疾病类型、分期、患者的一般状况进行选择,而不是死板地选择。

医保支付降低花费 出现耐药问题时需换药

刘海荣介绍,从2001年第一个小分子BCR-ABL激酶抑制剂伊马替尼(格列卫)上市,目前临床中靶向药物的种类也越来越多。这其中,有口服药物,有静脉输液药物,有些需要长期口服,有些需要联合化疗药物,应用方式也多样化。随着我国越来越多原研药和仿制药物上市,临床有了更多选择,而大部分靶向药物也慢慢进入医保,价格显著下降。

“目前我们医院超过50%以上的住院患者选择了单独靶向治疗或联合靶向治疗。”刘海荣介绍,因为肿瘤需要长期治疗,花费也比较多,临床用药医生会选择比较便宜的药物,这样也能减少患者经济压力。

刘海荣指出,目前临床中有很多仿制药物的应用,因为仿制药物上市前都要做等效性检测,疗效不比进口的差,价格还便宜,给患者带来了更多选择机会。

当然,种种利好之外,某些靶向药物在攻击肿瘤细胞时,也可能误伤正常组织细胞,出现一些不良反应。

除外,由于肿瘤细胞对药物的摄取减少、机体对药物的代谢能力增强等,应用靶向药物后,会出现耐药问题。

“出现耐药后,大部分需要更换靶向药物,或者暂停一段时间,有部分靶向药停止应用一段时间后再次应用,可能会再起效。”刘海荣说。

生殖健康说

防治妊娠期高血压 要早预警早干预

齐鲁晚报·齐鲁壹点记者 焦守广

山东大学附属生殖医院临床营养科医生林琳介绍,妊娠期高血压是孕妇所特有而又常见的严重威胁孕产妇生命安全的产科并发症,是导致早产、低出生体重等不良出生结局及围产儿死亡的重要原因之一。

妊娠期高血压的发生机理复杂。研究发现,高血压的发病和家族史、环境、年龄、情绪、肥胖、营养不良、子宫张力过高(如羊水过多、双胞胎或多胎、糖尿病、巨大儿及葡萄胎)等因素有很大关系。对于妊娠期高血压的防治,要做到早预警、早发现、早干预,定期产检,按时监测。

①**合理控制体重**:肥胖是诱发和加重高血压及心脑血管等并发症的直接和重要原因。

②**制定高血压饮食计划**:饮食干预对预防和控制高血压具有非常重要的意义,高血压患者需严格按照医嘱合理膳食。

③**低盐饮食**:提倡妊娠期高血压患者每天食盐摄入量控制在6g以下。

④**增加体力活动**:每天进行至少30分钟有氧运动。适宜孕妇的运动有散步、快走、瑜伽等。

⑤**避免二手烟**:为降低高血压患者的心血管危害因素,需停止吸烟或避免吸入二手烟。

生活课堂

苏打饼干能养胃?

苏打饼干可以养胃的说法可谓深入人心,但真相却并非如此。

国家高级食品检验员王楠指出,从成分上来说,苏打饼干确实含有碱性的碳酸氢钠,可以中和胃酸,但这种作用并没有想象中那么神奇。事实上,苏打饼干中和胃酸的作用和普通馒头面包差不多。更重要的是,酥脆的苏打饼干油脂含量相当可观,大部分产品脂肪含量都在20%—30%,如果误以为是健康饼干而大量吃,后果可想而知。

3个穴位缓解鼻子堵塞

迎香穴,位置在鼻翼终点旁开鼻唇沟处。印堂穴,位置在两眉的正中央。上星穴,位置在头颅正中央发际线上1寸。

鼻子堵的时候,每组按摩3分钟,就可以缓解症状。

失眠多梦易醒?吃点它

阿胶:阿胶做成固元膏,加一些芝麻、核桃,可以起到气血双补的作用,每天吃1—2块即可。

桑葚:滋阴补血,可以缓解阴血不足的便秘,每天吃10—20粒。

枸杞:每天早上直接吃10粒左右。

怕长胖,少吃米饭还是肉?

斯坦福大学研究人员发现,不论是少吃肉还是少吃米饭,它们对于体重的影响并没有很大区别。

研究人员两年间对609例被实验者随机分成两组:一组按要求低脂饮食;另一组则减少米饭、面包等碳水化合物类食物的量。结果发现:低脂饮食组参与者体重平均下降5.3千克;低碳水化合物饮食组参与者体重平均下降6.0千克。虽然体重下降量有一些不同,但并没有显著性差异。

其实,想要减肥,应该纠结的并不是少吃米饭或者少吃肉,而是要减少总能量摄入,并增加能量消耗。

也就是说,想要减肥,不论你是少吃肉还是少吃米饭,其实效果差不多,并没有很大影响。不过,米饭和肉都少吃一点,吃完饭再多活动活动,对体重控制就会有很大帮助。**小健**



齐鲁晚报·齐鲁壹点记者 焦守广

近日,济南市民张女士因眼睛疲劳、干涩、酸胀、视物模糊,还常常遇风流泪,来到山东省妇幼保健院北区中医特色诊疗中心就诊。没想到,在医生指导下,架了一副神奇的眼镜后,过了半小时,她立马感觉眼睛湿润、轻松、明亮了。张女士说:“一睁眼,感觉眼睛都睁得大了。”

张女士戴的这副神奇的眼镜就是“核桃灸”,属于中医外治法温灸器灸的一种。就是用特制药液浸泡后的核桃皮,填充上中药粉,放到镜架上,点燃艾柱,施以温灸。

山东省妇幼保健院北区中医特色诊疗中心主任王小青表示,中医认为核桃具有

补肾作用,核桃壳的表面有许多微孔,是一种吸附效果较好的滤料,可以防止艾灸烟熏眼睛。

浸泡、填充药粉的核桃壳能很好地吸收艾条的药力,起到补肾养肝、清利头目的功效。另外,经艾柱熏灸后,能产生水蒸气熏蒸眼区、鼻区,疏通经络,使眼周有温热的胀感,眼睛水润、舒适,就像做了一个眼部SPA。

“核桃灸”适用人群

对于缓解视疲劳、干眼症,防治近视、过敏性鼻炎,核桃灸有立竿见影的效果。

另外,核桃能补肾气,补眼部气血,加上艾灸的温通作用,对于黑眼圈和眼袋的缓解也有一定效果。

在中药香和艾草香的温润作用下,眼睛轻松、舒适、水润,治疗仅需半小时,帮助您的眼睛恢复水润灵动。

告别视疲劳、干眼症,防治近视,从核桃灸开始,快来安排。



扫码看视频