

# 津城26万人完成大肠癌筛查

## 专家提醒初筛高危切勿放弃肠镜检查

**健康视点**  
天津市新闻专栏

主持人

天津

今年我市大肠癌筛查民心工程在40岁到50岁人群中展开,从市人民医院获悉,今年上半年已有近26万适龄人群参与,近5300例次高危人群接受了全结肠镜检查。

市人民医院是全市大肠癌筛查项目技术指导单位,据该院副院长秦海主任医师介绍,今年是我市开展大肠癌筛查项目第四周期的第3年,拟对全市50万40岁至50岁常住居民进行筛查,上半年全市16个区309个社区医疗机构对26万适龄人群进行了“大肠癌高危因素问卷”,在近19万适龄人群中开展了便潜血检测,5263例次大肠癌高危人群已经在全市44家肠镜检查定点医院接受了全结肠镜检查。

秦海表示,我市连续十多年不间断的大肠癌筛查和健康教育已经呈现出广泛的社会效应。2018年筛查项目统计已经显现大肠癌患者检出率较以往已有所降低,早期癌患者比例增加。肠道息肉患者的检出率明显高于往年,高危人群肠镜检查率大幅提高。大肠癌作为我市居民发病前五位的恶性肿瘤,其早期发现治愈率可达90%以上,且治疗手段成熟、患者痛苦少、花费小。秦海建议40岁至50岁市民积极参加大肠癌筛查,一旦被确定为高危人群,一定要重视两件事,一是按要求接受肠镜检查,二是发现息肉必须遵医嘱切除或持续监测。



医生在为筛查市民做问卷调查。

照片由受访单位提供

肠镜检查超过4000例。前不久,他接诊了一名52岁男性患者,主诉便血,自认为患的是痔疮,请医生开具止血药物治疗。纪烈辰通过指肛检查,发现这名男子的直肠中距离肛缘3厘米位置有一枚侧生型息肉,随后在肠镜下施行手术切除,息肉面积达6.5×4×3厘米,病理结果为早期肠癌,“如果再拖延下去,病人就很难保肛了”。

纪烈辰表示,多年来,人民医院肛肠、消化等学科医生在门诊坚持对适龄人群进行伺机筛查,对符合高危因素的市民建议进行肠镜检查。这其中不少40岁至50岁的人由于工作、生活压力等因素,认为肠镜检查浪费时间,希望先行通过口服药、外用药缓解症状“再观察观察”,其中不乏贻误治疗的患者。今年,为方便40岁至50岁年龄段居民筛查,社区卫生服务中心(乡镇卫生院)和各肠镜检查定点医院,都会主动到该院健康体检及门诊适龄患者进行伺机性筛查。与此同时,市人民医院肛肠外科诊区内的“筛查门诊”也接受自然人群大肠癌筛查,并定期开展大肠癌早诊早治相关知识的咨询和健康教育

活动。为方便40岁至50岁人群筛查和做肠镜检查,筛查门诊还在每周六增设了出诊时间。

### 44家定点医院可做肠镜 一周查两次便潜血能防漏诊

据了解,我市大肠癌筛查项目程序分为初筛和复筛,今年拟定的初筛是在50万适龄人群中开展《大肠癌筛查数量化风险评估问卷》,在35万适龄人群中开展“便潜血检测”。初筛是由社区卫生服务中心(乡镇卫生院)组织适龄筛查对象,并填写知情同意书,确保筛查对象知情同意。参加筛查的居民均需要填写《大肠癌筛查数量化风险评估问卷》并进行便潜血检查。问卷调查结果阳性或便潜血检查结果阳性的确定为高危人群,社区卫生服务中心(乡镇卫生院)将向其发放《建议参加全结肠镜检查通知书》,建议复筛到分布在全市16个区的44个全结肠镜检查定点医院接受全结肠镜检查。

秦海提醒40岁至50岁居民接到社区卫生服务中心通知后,一定要和社区协调筛查时间积极参与,千万不要因为工作繁忙、生活紧张忽视对自己

的健康关爱。一旦初筛被确定为大肠癌高危人群,工作、家庭、心理等多种原因在短时间内无法接受肠镜检查,可以先采取一种简便的筛查方式,就是在一周时间内连续做两次规范的便潜血检测。两次时间间隔没有特殊要求。便潜血检测是一种粪便免疫化学试验,是结肠癌初筛的重要手段,即利用人血血红蛋白抗原抗体反应的高敏感性,定量检测粪便中微量血红蛋白水平,具有无创、易操作等优点,连续做两次可以最大限度减少漏诊。《British Journal of Surgery》杂志近期发表的一项研究也确认了这一方法的有效性。他同时强调,如果两次便潜血结果均呈阳性,一定要马上进行全结肠镜检查,但任何形式的粪便检测都不能替代全结肠镜检查。第二次结果呈阴性也只能说明可以适当延缓全结肠镜检查时间。

### 九成肠癌源于高风险息肉 重视体检便常规肛肠指诊检查

纪烈辰说,大肠癌是可以做到早发现、早诊断、早治疗的肿瘤,从癌前病变到癌变中间有5到10年的时间,初筛高危人群一定要遵医嘱进行全结肠镜检查,及时发现并处理高风险息肉等肠癌癌前病变,能起到阻断肠癌发生的作用。从病理学上看,肠息肉可分为炎性息肉、增生性息肉和腺瘤三种。其中腺瘤与大肠癌关系最密切,目前认为大肠癌中至少有90%左右是由腺瘤性息肉癌变而来,且腺瘤越大,癌变的可能性也越大。因此,医学专家普遍认为高危人群肠镜检查最重要的目的是进行肠息肉筛查。及时切除高风险息肉,同时定期对其他类型的息肉进行肠镜监测,能预防和早期治愈70%至90%的肠癌。需要提醒的是肠息肉具有易复发的特点,因此息肉切除也并不等于解除了癌变警报,建议患者术后3个月至半年或一年一定要按照医生要求进行复查,此后也应定期进行肠镜检查。

“40岁至50岁人群是肠癌一级预防的最佳年龄段,在积极参与筛查的同时,适当掌握肠癌的防治知识非常有必要。”纪烈辰说。《中国癌症整合防治指南》指出:肠癌的一级预防包括建立健康饮食习惯,合理平衡膳食;减少环境致癌因素接触;保持健康的生活方式,积极锻炼,良好作息,戒烟,注重自体健康管理;保持健康乐观阳光的心态与良好的社会精神状态。大量科研已经证明大肠癌是一种生活方式疾病,日常饮食中,减少红肉和加工肉类的摄入有助保持肠道健康。研究还显示,在医生指导下服用阿司匹林,增加膳食纤维、全谷物、乳制品的摄入都可降低肠癌发病的风险。此外,纪烈辰还建议40岁至50岁的职业人群应重视体检中便常规、肛肠指诊等大肠癌相关检查项目。特别是肛肠指诊,如果癌变发生在直肠,有经验的医生用指诊检查方法就能初步判断是不是癌症。

## 药物中毒是 儿童中毒首要原因 家庭药物储存“更高更远”防误服

育儿百科

近日,有媒体报道,河南一岁儿童误服老人降糖药导致失明失聪。正值暑假,也是儿童意外伤害高发期,误服药物是其中重要的儿童意外伤害原因。市胸科医院药剂科药师米未表示,全球儿童安全组织发布的数据显示,我国每年平均有超过1000名儿童(0—14岁)因中毒死亡,5岁以下为高危年龄组,药物中毒是儿童中毒的首要原因。米未提醒家长一旦发现儿童误服药物,及时就医的同时,要尽快弄清儿童误服的药名、时间、剂量,最好带着误服药物样品供医生识别,以便采取有针对性的治疗措施。

米未说,幼龄阶段的儿童好奇心强,易受药物颜色或包装吸引模仿家长的服药行为;家长把药物随意摆放、药物包装易被儿童开启;家长不小心混淆等原因都会导致儿童误服药物。儿童误服的药物以儿童感冒药、止咳化痰药、退热止痛药等多见。米未建议家长平时采取以下措施预防儿童误服药物。

对家中存放的药品、清洁剂、化妆品进行有效管理,将药物放在固定的药箱中,提倡“更高、更远”的储存让孩子不能触碰到药物。家里用药应分门别类,不同药物应分开放置,如内服药和外用药应分开放置。儿童用药与成人药物分开放置,并定期检查药品的有效期,建议每季度清理一下家庭药箱。家里用药应保存完整的外包装及说明书,可有效防止误食过期药物,提醒家长相关用量及用法,了解不良反应和注意事项,避免不良事件的发生。不用废弃药瓶装其他药物,以免其他家长不知详情引起误服。

家长喂儿童服药时,不要欺骗孩子这是糖果,避免给孩子错误的认知,造成不良后果。家长可以对孩子做一些相关教育,从小就教育孩子药品的特殊性,必须在父母监护下服用。并且告诉孩子哪些是食物哪些是药品,遇到不明来源的东西,不可随意服用,避免毒从口入。现在有些药物还选用了儿童不易打开的安全瓶盖,可选择这类包装的药物,可更好地避免儿童误服。对于婴幼儿,父母服药时应避开孩子的视线,以免孩子模仿。  
通讯员 朱梦晨

## 喝酒 暴饮暴食 熬夜 乱吃药 不规范治疗

# 躲开五个“坑” 养肝又护肝

专家谈病

肝脏被称为人体内的“化工厂”,是一个默默奉献的“劳模”,即使受到伤害也不爱“吭声”,直到出现疼痛症状才被察觉,但可能已经发展为肝硬化,甚至是肝癌。天津医科大学肿瘤医院党委书记、肝癌防治研究中心主任陆伟教授日前表示,肝脏最怕五件事,日常生活中养肝、护肝要避开这些不良习惯。另外,普通人注重体检、有肝病基础的人重视早期检测和规范治疗也对养护肝脏尤为重要。

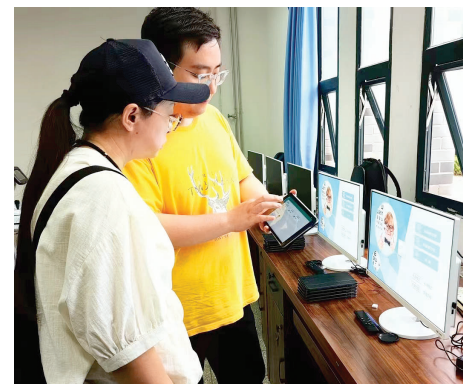
最怕爱喝酒。在我国,约有6200万人患有不同程度的酒精性肝病。进入体内的酒精主要依靠肝脏代谢,长期大量饮酒会加剧肝脏的负担,乙醇会影响肝细胞的代谢功能而损伤肝细胞膜,造成酒精性脂肪肝。长此以往,受损的肝细胞会进一步纤维化,形成酒精性肝硬化,最终发展为肝癌。因每个人对酒精的耐受度不同,相关的饮酒量危险阈值也有很大差异:通常女性限定每日摄入折合酒精量不超过15g(啤酒450ml、高度白酒30ml),而男性不应超过25g(啤酒750ml、高度白酒50ml)。每天大量饮酒的人,患上酒精性脂肪肝的几率比普通人

高出5至25倍。最怕暴饮暴食,摄入发霉变质的食物。暴饮暴食会造成身体中自由基水平快速提高,肝脏压力过大、负担较重,就会进一步造成肝损伤,形成脂肪肝。我国至少有3亿人患有不同程度的非酒精性脂肪肝。另外,若日常嗜好高蛋白饮食,也会导致肝功能异常、代谢能力下降。部分有毒物质(如血氨)在人体内堆积过多,进入血液循环到达神经系统,影响脑神经功能,诱发肝性脑病。黄曲霉素作为肝癌的致病因素之一要避免摄入,包括不要进食发霉的谷物或坚果,动植物油不要存放太久,不吃或少吃油炸、加工、腌制类食品。

最怕通宵熬夜,过度劳累。熬夜伤肝的主要原因是影响肝脏排毒。每天晚上11点到第二天凌晨2点是肝脏的“解毒修复”时间,通宵熬夜会加重肝脏负担,造成难以逆转的肝细胞损伤。过度劳累破坏机体免疫状况,抵抗力下降易感染肝炎病毒。因此劳逸结合,每天保证6至8小时睡眠能有效保护肝脏。

最怕乱吃药,不遵医嘱。当使用了肝损伤药物或者药量过大、用药时间过长,药品会持续刺激肝脏,损伤肝脏,甚至造成肝细胞出现大面积坏死或引起肝脏衰竭,一定要在医生的指导下规范用药,切不可胡乱服药。

最怕得了肝炎治疗不规范。肝癌群体中,大概80%的人都患有乙肝,而乙肝、肝硬化、肝癌是经典的“肝癌三部曲”。最有效的阻断办法就是乙肝患者接受长期规范化的抗病毒治疗,提高自身用药依从性,定时定量服药,坚持随访长期治疗。  
通讯员 杨阳



市慈善总会、市眼科医院联合甘肃省慈善总会共同在甘肃省平凉市、甘南州建立的“津陇慈善·助力乡村振兴—光明小屋”项目日前启动,首批视力筛查设备已经到达平凉和甘南地区。  
摄影 常松

争做文明有礼天津人

社会主义核心价值观

富强 民主 文明 和谐  
自由 平等 公正 法治  
爱国 敬业 诚信 友善

# 排队候车守秩序

# 尊老爱幼扬美德

