责任编辑：管颜青
美编：蔡云龙
电话：010-58302828-6868
E-mail：qingyanguan@163.com
医师报 2023年4月20日

“癌中之王”胰腺癌

▲ 河南省新密市第一人民医院 侯瑞凯

胰腺癌被称为“癌中之王”，其病情发展十分快，当很多患者检查出癌症时，病情已经到了晚期，患者预后差。多了解胰腺癌相关知识，尽早做好预防措施对远离癌症具有一定积极作用。

治疗难度大 生存几率小

胰腺癌在早期易与其他癌症混淆，如胆囊癌、肝癌等，导致患上胰腺癌的患者误诊，错过治疗时机。病情一旦到了晚期，治疗难度很大，患者生存几率小。其次，胰腺癌目前还未找到疗效显著的治疗方式。

由于胰腺的位置特殊，在其周围存在很多血管与神经，并且也有许多重要器官在其周围，这就直接导致了手术难度大，完成度也处于较低水平。此外，胰腺癌的预后极差，易出现并发症，且复发率较高。

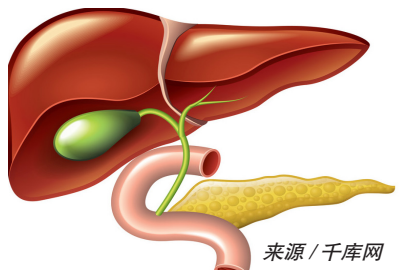
该癌症的致死率较高，研究表明胰腺癌患者五年内的存活率不足5%，晚期胰腺癌患者的死亡率几乎为100%。

发病的四大原因

遗传 若有胰腺癌家族史，后代患病概率普遍较高，提示该癌症与遗传有联系。

饮酒、吸烟 酒精、香烟进入人体后都会损害胰腺，易导致胰腺病变。

胰腺慢性炎症 胰腺长期被炎症刺激，也会加快癌症的发生。



来源/千库网

易引发胰腺病变的疾病 糖尿病、高胰岛素血症、人体糖代谢异常易引发该癌症。

早期信号需警惕

消化道反应 患者经常会消化不良，或者吃了东西就容易恶心，常常拉肚子，有这些情况应当尽早就医，检查具体病因，可能是胰腺出现病变。

大便颜色异常 若胰腺存在病变，外分泌功能下降，大便颜色会变浅，而且不紧密。

血糖异常 胰腺癌初期会出现与糖尿病类似的症状，若血糖波动大、糖尿病病情突然恶化应及时就医，以免癌症发生。

体重突然大幅度下降 普通人群如果突然明显变瘦了，应当警惕胰腺癌。若突然出现黄疸，也要格外注意。

无需恐癌 注重预防

避免暴饮暴食 在短时间内食用大量食物会进入十二指肠，进而导致胰液、胆汁分泌过多，影响体内引流不畅。最好少吃一些油腻、辛辣的食物，否则会增加胆汁的分泌，对胰腺伤害极大，增加胰腺癌发生的概率。因此，建议大家遵循易消化、清淡的饮食原则，吃饭时细嚼慢咽，日常也可以多吃富有维生素及膳食纤维的瓜果蔬菜，类似香菇、菠菜、香蕉等，多吃瘦肉、鱼、豆腐等富含蛋白的食物。不能过量饮酒，易增加胰腺癌发生的风险。

控制血脂 若是胆道疾病患者，要尽早就医接受治疗，若病情恶化，发生胰腺癌可能性较高。普通人或高血脂人群日常注意控制血脂浓度，以此预防癌症发生。普通人可以依靠清淡饮食、锻炼身体来控制血脂，若未达到理想的控制血脂效果，可遵循医生专业建议服用相关药物。

保持乐观心态 大家尽量保持积极乐观的情绪，避免情绪起伏过大。若存在不良情绪，可以探寻新鲜的事物，或者去曾经没有去过的地方游玩，学习一些新的技能，在这样的过程中可以逐渐改变自己的不良情绪或负面心情，慢慢变得开朗、愉悦。另外，闲暇时可以做自己喜欢的运动，但运动强度应当适合自身体质。

以上就是关于胰腺癌的科普。同时建议大家要定期体检，有任何不适尽快就医，预防癌症发生。

降低宫颈癌发病率 定期筛查不可少

▲ 南方医科大学南方医院白云分院 林艳

宫颈癌是妇科疾病中比较常见的一种恶性肿瘤，该病的发病率及致死率仅次于乳腺癌，位居女性恶性肿瘤第二位，对女性的生命健康带来严重威胁。随着生活节奏的加快，宫颈癌发病率也呈现逐年上升的趋势，且逐渐趋于年轻化。因此，广大女性应增强健康意识，做好个人防护，以降低宫颈癌发病概率，同时定期进行宫颈癌医学筛查，实现早发现、早预防、早治疗的目标。

筛查策略

初筛阶段 宫颈癌的初筛一般通过HPV检测、TCT检测或者两者联合检测。在医疗资源比较匮乏的地区，很多医院还会采取醋酸/复方碘染色的方式，通过肉眼观测进行筛查。在初筛阶段，如果显示筛查结果异常，提示其可能属于宫颈癌高危人群，为进一步确认，还需由专科医生进行阴道镜检查。

助诊阶段 阴道镜检查属于助诊，该阶段主要是对初筛阶段结果显示异常的患者进行进一步的检查。阴道镜检查是借助阴道镜的放大原理，通过醋酸或者复方碘等染色液作用于宫颈上皮细胞、血管等，观测该部分有无出现异常以及异常情况，然后再结合最后的检查结果判定是否有必要进行病理活检。

确诊阶段 由病理科医生根据阴道镜的检查结果，从宫颈癌疑似病灶组织中取适量，行病理活检，进一步判断患者宫颈是否产生病变以及病变程度。最后，是否确诊由临床医生根据病理结果进行判定。如果确诊，应立即制定下一步的治疗方案。

筛查方法

TCT检查 TCT检查被用于宫颈癌的初筛阶段，宫颈周围的黏液和脱落的细胞使用宫颈毛刷刷下并收集起来，然后用于液基薄膜细胞学检查。TCT检查结果按照病变程度分正常细胞、不典型鳞状细胞、低度鳞状上皮内病变、高度鳞状上皮内病变癌。

阴道镜检查 宫颈癌早期病变适合采用阴道镜检查，在阴道镜下可清晰观察到宫颈病变程度，如果观测到宫颈部位有息肉或者其他占位病变，可在阴道镜下取相关组织进行病理检查。

HPV筛查 HC-2DNA检测、HPV分型检测、careHPV检测，这三种都是HPV病毒学检测中比较常见的几种方法。其中HC-2DNA检测对早期宫颈癌敏感性较高，阴性预测值基本可接近于100%，因此目前主要用于定量检测。HC-2DNA检测原理主要是利用化学发光法对抗体信号进行捕获，并放大信号实施检测，该检测是全球范围内应用最为普遍的检测方法，因为其对宫颈上皮内瘤样病变Ⅱ级具有90%左右的敏感度与特异性，能够进行大规模的筛查。

MSF1基因甲基化筛查 通过临床研究发现，其抑癌基因MSF1在宫颈癌发生癌变之前，就已经出现了甲基化失衡现象，因此临床即可通过甲基化失衡现象提前对宫颈癌变情况进行预知。利用荧光检测方法对宫颈脱落细胞中的甲基化基因情况进行探测，以检测抑癌基因MSF1的活性，从而判断宫颈的健康状态。

液基细胞学筛查 宫颈癌以及其他癌前病变筛查中比较常用的方法还有液基细胞学检查。液基细胞学检查属于无创检查，在检查过程中不会对受检者身体带来内部以及外部的创伤，而且该种方法对宫颈癌前病变和宫颈癌都有很高的敏感性。然而除了优势之外，液基细胞学检查也容易出现假阴性的情况，造成检测结果不准确。

总之，随着医学技术的不断发展，宫颈癌及其癌前病变的筛查手段也越来越多。为保障检测结果的准确性，临床可采用多种检测方法，共同判断受检者是否符合宫颈癌诊断标准，尽早对受检者的异常病变进行确认，并制定相应的治疗方法，帮助有效控制病情恶化。

一文读懂多发性骨髓瘤

▲ 四川省阆中市人民医院 罗源

多发性骨髓瘤是一种恶性的骨髓疾病，该病通常会导致骨质疏松和骨骼病变，还可能导致肾脏和免疫系统损害。

疾病症状

多发性骨髓瘤的症状可能因个体差异而有所不同，以下是一些常见症状：

骨痛、骨折 恶性浆细胞在骨髓中过度增生，导致骨骼组织受损，最常见的表现是局部骨痛，尤其是在脊柱、胸骨、肋骨、盆骨等部位。疼痛可能在夜间或身体运动时加重，同时容易出现骨折，尤其是在患者活动时或有外伤后。

贫血、易出血、易感染 恶性浆细胞占据了正常造血细胞的位置，导致正常血细胞数量减少，进而出现贫血、易出血、易感染等症状。贫血的表现可以是疲乏、无力、头晕等，而出血和感染则可能表现为易出血、容易发热和感染等症状。

蛋白尿 恶性浆细胞分泌的异常蛋白质，可能导致肾脏受损并导致蛋白尿。患者可能会发现自己尿液异常混浊或变成奶白色，或者发现自己在排尿时尿液泡沫很多，这些都是蛋白尿的表现。

骨髓瘤肿块 在某些情况下，多发性骨髓瘤可能在骨骼中形成肿块，被称为骨髓瘤肿块。这些肿块可能在X线或CT扫描中被发现，通常表现为圆形或椭圆形的肿块。

其他症状 患者还可能出现乏力、食欲减退、体重下降等症状。

治疗方法

治疗方案的选择需基于患者的年龄、健康状况、疾病的进展程度等因素确定。

药物治疗 这是多发性骨髓瘤的主要治疗方法之一，其目的是减轻病症、延长患者的生存期，并提高生活质量。常用的药物包括糖皮质激素、硼替佐米、来那度胺等，这些药物可以通过不同的机制抑制瘤细胞的生长和增殖，进而控制疾病的进展。在治疗过程中，医生需要对患者进行定期检查，以便及时调整治疗方案。

放疗 放疗是通过电离辐射杀死肿瘤细胞的一种方法，其目的是减轻疼痛、减少骨折和降低肿瘤的负荷。常用的放疗方法包括常规放疗和局部放疗。其中，常规放疗是指对全身进行放疗，对骨髓造成的损伤较小，但对正常组织的损害较大。而局部放疗是指对肿瘤病灶进行放疗，对正常组织的损害较小，但对肿瘤的控制效果有限。

造血干细胞移植 造血干细胞移植包括自体造血干细胞移植和异体造血干细胞移植。其中，自体造血干细胞移植是采集患者自身的造血干细胞，经过处理后再移植回身体。异体造血干细胞移植是采集其他人的造血干细胞，经过处理后再移植到患者身体内。这种方法的风险较大，需要高度匹配的造血干细胞和免疫抑制剂来预防移植排斥和移植后的并发症。

并发症的治疗 多发性骨髓瘤可能会引起多种并发症，如贫血、骨折、感染等，因此，治疗多发性骨髓瘤还需要针对其并发症进行治疗。

听医生说话 为医生说话
说医生的话 做医生的贴心人
医师自己的报纸！