

## 乳腺癌术后复发转移怎么办

▲四川省乐山市人民医院 祝琴

乳腺癌是我国女性人群中最常见的恶性肿瘤，其发病率在女性中居首位。随着早期诊断、早期筛查、早期治疗的不断完善，乳腺癌的治愈率、预后均优于其他癌症。然而，临床上也有一些患者发生了乳腺癌的复发和转移。患者如何认识和应对这些复发和转移就显得非常重要。

**乳腺癌术后应定期检查** 乳腺癌术后复发转移分两种，一种是局部复发，一种是远处转移。局部复发是指在进行乳腺癌手术后，在同一侧乳腺、同一侧胸壁重新出现肿瘤，或者在同一侧腋窝区域出现淋巴结转移等症状。所谓的远处转移，是指与周围环境无关的其他地方，比如对侧乳腺、对侧淋巴结、对侧腋窝、对侧锁骨上，以及更远的肺、肝、骨、脑等，乳腺癌细胞通常会沿着人体循环系统转移，根据转移的位置不同，表现出的症状也不一样。部分患者在复查时会提到乳房疼痛，一般是由于增生导致的，如果发现有乳房结节、胸壁肿块或破溃，也有可能是复发。定期复查可早期发现乳癌复发或转移。建议复查次数在术后两年之内每3个月一次；第3~5年则6个月一次，5年后到终生则1年一次。

**复发后的治疗手段** 乳腺癌如果复发或转移，就属于晚期(IV期)乳腺癌，尽管一般情况下很难被根治，但是只要经过适当的治疗，仍能有效地减轻症状，改善生活质量，并能明显地延长患者的寿命。肿瘤复发或转移的患者，除了要接受全面的综合治疗外，还应考虑局部的治疗。局部治疗主要有手术和放疗两种方式，这两种方式不能根治，但能提高患者的生活质量，特别是胸壁复发、乳腺局部复发等情况。当出现了远处转移后，需要进行化疗或内分泌治疗等，通常情况下需要在2~3个月内进行一次疗效评价。如果病情发展比较慢，可以在3个月或者5~6个月进行一次评估。一旦被怀疑病情恶化或者表现出症状，就应该立即进行检测，不管计划检测的时间是否已经到来。

**治疗策略** 激素受体阳性、HER2阴性的晚期乳腺癌的患者，采用内分泌疗法是一种有效、低毒性的方法。特别是在低负荷、高表达ER和PR的患者中，内分泌治疗效果更佳。以CDK4/6为代表的新型靶向药，以哌柏西利为代表的内分泌疗法可以有效地改善化疗效果，延长患者的无进展生存期。目前临床上常用的mTOR抑制剂依维莫司和组蛋白去乙酰化酶抑制剂等，并与内分泌类药物联用，可以在某种程度上增强内分泌类药物的效果。HER2阳性的乳腺癌患者，一旦发生了肿瘤复发和转移，就需要终生抗HER2药物治疗。目前，针对HER-2的靶向药主要有曲妥珠单抗、帕托珠单抗、吡咯替尼、拉帕替尼和奈拉替尼，以及伊尼妥单抗等。三阴性乳腺癌复发或转移后主要依靠化疗，常用的化疗药物有很多，比如蒽环类、紫杉类等。在此基础上，要结合患者以往的治疗效果来进行评估。

# 早诊早治是提升肺癌预后的关键

▲河南省驻马店市中心医院 赵景景



来源/千库网

肺癌是常见的恶性肿瘤之一，在我国的发病率和病死率逐年升高，已经成为严重危及我国居民健康的重大社会和公共卫生问题。目前，尚未明确肺癌的致病因素，但大多学者认为该病与长期主动吸烟或被动吸烟、大气污染、辐射、不良饮食、家族遗传等因素有关。由于肺癌早期症状不明显，大部分患者不易察觉，错失最佳治疗时机，等发现时往往病情发展至晚期，此时治疗难度增大，预后也不容乐观。肺癌也是预后较差的恶性肿瘤之一。2012~2015年，中国肺癌5年生存率为19.7%。

虽然肺癌的发病率高、预后较差，但如果能早发现、早诊断、早治疗，可显著降低肺癌死亡风险。

### 有这些临床表现需注意

尽管肺癌早期症状不怎么明显，但细究还是能找到蛛丝马迹，比如经常咳嗽、偶感胸闷气短等，也有少部分人会出现低烧、说话声音改变、乏力等症状。

**观察咳痰物的性状** 对于长期抽烟的人来说，咳嗽、咳痰是“家常便饭”，很多人都不以为意，以为吸烟咳嗽、咳痰很正常，其实不然。有些人的痰中经常出现黑色颗粒物或块状物，这种情况要提高警惕，因为这可能是由于肺部肿瘤出血后在肺部沉积的黑色血块，如果痰中带有鲜红色血液则考虑是肺癌的可能性极大。

**观察咳嗽的频率及声音变化** 密切观察自身咳嗽次数以及声音的变化，通常情况下，由于肺部肿瘤体积增大后会压迫到

周边的气管，导致气管变窄，咳嗽时空气急速经过气管部位，就会发出尖锐的金属音，而此处狭窄的器官也更容易受到其他刺激性气味的刺激而引发咳嗽，咳嗽频率随之增加。所以，出现咳嗽频率和声音的改变，就要高度警惕是否为肺部病变了。

**出现呼吸困难需注意** 当察觉经常气喘或者呼吸困难，自己就要注意了。随着肺癌病情的发展，肿瘤逐渐增大，不仅影响肺部功能，还会压迫到气道，导致肺部难以摄入足够的气体，进而影响患者正常呼吸。所以患者经常感觉呼吸不畅或气短。另外，肿瘤细胞如果发生转移，且转移到胸膜就可能引起胸腔积液，除了会引起胸闷也会出现呼吸困难的状况。

**注意胸痛、胸闷情况** 一般来说，正常人由于睡眠不足或过于劳累也会偶感胸痛或胸闷，但是肺癌引起的胸痛和这种胸痛不一样，主要区别在发作次数。由于肺部没有痛觉神经，所以即便肺部病变也不会感觉到疼痛。但是肺部癌细胞会逐渐扩散至周围的器官和组织，并对周围部位进行侵犯，可能会转移至胸部骨骼引起胸部

疼痛；如果癌细胞转移到胸膜就会导致胸腔积液，引起胸闷。所以一旦出现胸痛、胸闷次数明显增加，就要警惕了。

### 早诊早治 提高患者生存

建议有以下肺癌高危致病因素的人每半年体检一次，筛查手段包括肺部CT、痰液癌细胞检查以及纤维支气管镜检查。早期筛查是早发现肺癌的关键。

经常主动吸烟或者被动吸二手烟的人群，有专家指出每人每年抽烟超过400支是比较危险的信号，这类人群尤其要重视体检。存在慢性阻塞性肺病史的患者，因为这类患者与肺癌的相关致病因素大致相同。有肿瘤家族遗传病史以及肺癌病史的患者。职业相关高危的人群，这类特殊人群比正常人患肺癌的几率要大很多。

指南建议，50~74岁人群应进行肺癌筛查。研究发现，肺癌的发生风险随着年龄的增长而升高，考虑到老年人的身体状况、预期寿命以及其他合并症的情况，很难对75岁及以上老年人参加肺癌筛查的获益和危害进行权衡。因此，指南推荐把74岁作为肺癌筛查的年龄上限。

尽管肺癌是一种比较严重的“大病”，但大家也不要“谈癌色变”，过度焦虑反而会影响身体健康。得了肺癌也不是“一竿子打死”，现代医学水平不断提高，通过积极的治疗可以有效提高治愈率，更重要的是，早发现，早治疗能够将肺癌提前扼杀在摇篮里。

## 关注前列腺癌早期临床表现

▲河南省新密市中医院 杨世文

前列腺癌是发生于男性前列腺组织中的恶性肿瘤，是前列腺腺泡细胞异常无序生长的结果，已位居全球男性恶性肿瘤发病第二位。我国的情况同样不容乐观，老年男性中有较高发病率。相关数据显示，2014年，我国前列腺癌新发6.9万例，死亡3万例。我国每年前列腺癌增长速度为10%。前列腺癌比较“偏爱”老年男性，特别是那些70岁以上的男性。

临床数据调查发现，很多前列腺癌一发现就是晚期，其实这与其起病隐匿、发展慢的特点有关。在早期的时候，基本上没有什么典型症状。随着肿瘤的增长，可能会出现夜尿增多、尿流缓慢、排尿不尽、尿频尿急等症状，还可能因发生转移而出现骨痛、骨折等症状。所以，早筛查早诊断早治疗，才能够大大的提高前列腺癌患者的生存率。

前列腺癌一般可以通过直肠指检、B超检查、PSA血检等方法来筛查前列腺癌，高危人群一定要定期进行PSA筛查，另外如果出现排尿异常症状，一定要提高警惕。

### 关注前列腺癌临床表现

**身体消瘦** 当前列腺癌症状严重后，

患者还会有疲倦和体重减轻的症状，并且全身都有疼痛，生活将受到严重影响，如饮食、睡眠、精神等，无论身体或精神都将遭受严重的折磨，身体状况越来越差，甚至出现进行性贫血。

**排尿困难** 进行性排尿困难、前列腺癌和前列腺增生也能同时存在，会引起前列腺异常增大，逐渐增大的前列腺压迫尿道可引起进行性排尿困难，严重的患者可能出现急性尿潴留，大部分患者在发生排尿困难时，还以为是良性前列腺增生，此时可能误诊或漏诊。

**夜尿增加** 前列腺癌会导致夜间尿量增加，很多男性患者每晚不得不起床四五次，很多人认为存在肾脏问题其实真正的问题是前列腺。

**骨痛** 前列腺癌很容易发生骨转移，导致骨痛或病理性骨折、截瘫等，许多前列腺癌患者可能没有明显的排尿困难等不适，只有发生原因不明的骨痛，进一步检查才发现它是由前列腺癌引起的。

**面色苍白** 肾脏有促进造血的功能，由肾脏的近曲小管管周细胞分泌促红细胞生成素，来促进红细胞生成。肾功能下降后，红细胞和血红蛋白就会减少，发生肾

性贫血。此时，患者的面色、口唇、指甲会更加苍白，也就是“贫血貌”。

### 积极行动 预防前列腺癌

**健康饮食** 西红柿、西瓜和其他红色食品的鲜艳颜色归功于一种称为番茄红素的强大抗氧化剂。研究表明，食用这种水果和番茄产品的男性患前列腺癌的风险要低于不食用这种水果和番茄产品的男性。

**注意生活方式** 要想有效减少前列腺癌，在平时的生活中也同样需要注重于护理，比如可以养成良好的生活习惯。每天可以多做温水坐浴、戒除烟酒，尽可能不要吃辛辣刺激性的食物，保证规律的性生活。养成定期体检的好习惯，经常性的关注个人的生殖器，一定要做到早发现、早治疗。

拥有足够的休息时间对于男性是很重要的，比如有很多的男性一直都会加班加点，在单位里面忙忙碌碌，下班回到家里也会比较忙碌。许多的工作都会带回家中，所以怎么样才能够把工作以及休息处理好，这也能够有效保证心理的健康，减少疾病。