

胃癌的症状和治疗方法

▲ 广西壮族自治区玉林博白县人民医院 王少华

胃癌这种疾病对我们来说并不陌生，现在每年死于胃癌的人不在少数。人体一旦患上这种疾病会十分难受，那么究竟什么是胃癌呢？它都有哪些症状表现呢？得了胃癌都有哪些治疗方法呢？接下来，就让我们一起来了解一下吧。其发病率在中国的所有恶性肿瘤中居高不下，其发病率在中国的所有恶性肿瘤中位居第一，其发生具有地域差异性，尤其是在西北和东部沿海地区，其发病率显著高于南部，好发于 50 岁及以上。

引起胃癌的原因有哪些

环境因素 胃癌的发生具有一定的地域依赖性，尤其是在我国的西北部 and 东部沿海地区，胃癌的发生率要高于南部。在胃癌高发区，生活饮用水和粮食中的硝酸盐和亚硝酸盐浓度较低发区显著升高，且在胃部会生成具有强烈致癌作用的亚硝胺。

熏制、腌制食物 致癌物质苯并芘会在食品熏制过程中大量的产生出来，而蛋白质在高温环境，尤其在烤鱼时易分解产生致突变物，其中也有致癌成分。据调查。常吃腌制食品者与已经饮食西方化的人相比较，前者的胃癌发病率要高很多，而那些饮食已经西化的人，不但很少吃腌菜，而且常吃一些

水果和蔬菜，对防胃癌起了一定的作用。

霉变食物 常食用霉变食物也可导致胃癌高发，消化霉变食物时，胃液中会产生大量黄曲霉等霉菌感染，所产生黄曲霉素被列为一级的致癌物质。

不良饮食习惯 如果饮食长期不规律、暴饮暴食、进食过快、过烫，喜吃油腻辛辣、高盐食物，蔬菜水果摄入不足的人，往往是胃癌的高发人群。

幽门螺杆菌感染 幽门螺杆菌感染率与胃癌的发生率有明显的相关性，感染幽门螺旋杆菌的人发生胃癌的风险是没有感染幽门螺旋杆菌的人的 4 倍。幽门螺旋杆菌参与胃癌的发生，其机制是多方面的，是胃癌发生的主要环节。

吸烟饮酒 长期大量饮酒的人会造成胃黏膜的损伤，从而导致慢性的胃炎，最终发展为胃癌。此外，抽烟也是导致胃癌发生的一个危险因素，抽烟的危害程度和抽烟的次数成比例关系。此外，香烟中还包含了很多致癌和致癌的物质。若同时吸烟和饮酒，则更容易吸入烟中的致癌物，危害更大。

遗传 胃癌存在家族聚集性现象，有报道，患者家属中胃癌的发病率比正常人群高 2~3 倍。

慢性胃病 有慢性萎缩性胃炎、慢性胃溃疡、胃息肉等疾病的患者，也有可能发展为胃癌。

胃癌的临床表现及治疗

尽管胃癌虽然发病率高，但只要提早了解胃癌信号，在患病初期发现并治疗它，生存几率还是很大的。那么，胃癌早期有哪些症状呢？

上腹部饱胀不适 有很多的胃癌患者都会出现闷胀感，对于这种闷胀感虽然不严重，但反复出现难免会给生活带来困扰，尤其是安静时，症状更为明显。

上腹部疼痛 在胃癌早期时候，胃癌患者一般会出现上腹部疼痛，但是随着病情的加重，这种疼痛感越来越强烈，并且持续的时间也很久。这种疼痛感不容易缓解，即便是缓解之后也会很快的出现。其实这就是胃癌早期的一种症状，最好立马到医院进行检查。

消化不良 有一些胃不好的人，他们经常会出现消化不良的现象，但是作为胃癌患者，他们除了有消化不良的现象，还会出现食欲不振，很多胃癌患者都以为这是胃溃疡或者是胃炎吃了药就会好，但其实吃胃药不仅不会缓解症状，反而会出现反酸。且随着时间的推移，症状越来越严重。

大便潜血阳性或黑便 在胃癌初期，如果有粪便隐血阳性，或者有黑便，都有可能

面部危险三角区的痤疮该如何有效护理

▲ 古交西山医院 韩世娟

痘痘（痤疮）是青春的“礼物”，但是却成为影响美观，降低颜值的重要因素，想要摆脱它不仅需要及时去医院接受正规的治疗，还需要加强生活护理，但是大多数人群并不知道如何护理，甚至错误的护理方法将加重痤疮的生长，甚至还会留下痘印和痘坑。而面部危险三角区的痤疮如果处理不当，可能会引起严重的感染。那么面对危险三角区的痤疮应该如何护理呢？不妨试试这几种方法！

适当清洁 面部长时间与空气接触，汗水、灰尘、油脂以及化妆品等是加速痘痘生长的重要原因，所以做好日常清洁非常重要。要养成早晚清洁面部的习惯，主要选择温凉的流动水。如果不仅脸上有痘痘，背部或者前胸也有痘痘，建议每天洗澡，注意避免使用具有刺激性的沐浴产品。过度清洁和去角质会破坏皮肤屏障功能，导致皮肤干燥、敏感，甚至进一步激化痘痘问题。因此，在进行面部清洁和护理时，需要根据个人皮肤类型和情况，选择合适的清洁产品和正确的清洁方法。

避免刺激 看到脸上的痘痘我们会下意识去挤、抠或者是压，甚至用针刺挑破痘痘。实际上，手指、针等工具的刺激会伤到痘痘肌肤表层的毛细血管，血液会渗出，引起皮肤红肿，上面的细菌也会被带入伤口，可能导致痘痘感染。未经消毒的手指、针等工具更可能把其他的细菌和污染带入痘痘，引起更多的感染和炎症。此外，面部危险三角区属于面部重要器官周围区域，要特别小心对待。如果在这个区域挤压痘痘，可能会感染颅内，引发严重的脑膜炎、脑炎等疾病，甚至威胁到生命。

加强防晒 紫外线对皮肤的损害是不可忽视的，会加速皮肤老化和色素沉着，而痘印就是色素沉着的产物，因此长痘的人需要更加注意防晒。对于使用果酸、异维 A 酸等皮肤护理产品的人来说，皮肤屏障更容易受损，而紫外线会进一步破坏皮肤屏障，使皮肤更脆弱，更容易感染和发炎。因此，在秋冬季节或阳光较强的日子，无论是长痘的人

还是胃癌找上了门。出现类似情况的患者需要到医院进行检查。

疼痛规律出现变化 有些患者出现胃痛的现象以为是胃病犯了，但是这些疼痛的规律和犯胃病的疼痛规律是不同的，而且对于治胃病的药，吃了达不到很好的效果。

手术治疗 是最常见的治疗方法，尤其是当疾病处于早期阶段时。对于许多胃痛患者来说，微创手术技术提供了最佳选择，因为与开放手术相比，微创手术技术往往会导致并发症更少、恢复时间更短、缓解疼痛的需要更少，并且降低癌症复发的风险。

药物治疗 通过药物杀伤体内肿瘤细胞，是治疗手术没有或无法完全清除的肿瘤及晚期不能接受手术患者的重要手段。有效的药物治疗，可以减少肿瘤的转移、残留、复发。

化疗 胃癌的化疗方式有三种，一种是术前化疗，一种是术后化疗，一种是姑息化疗。对于进展期的胃癌，术前化学治疗是适宜的，因为它可以限制病变，增加了手术的成功率，并降低了转移的几率。而手术后的化学治疗能够有效地清除潜在的小肿瘤，从而预防肿瘤的复发和转移。对有远处转移的患者，姑息性化疗能有效地控制疾病的进展，改善患者的生活质量，延长患者的生命。

超声神“探” 你所不知道的甲状腺超声造影

▲ 河南科技大学附属许昌市中心医院 阎琳

随着社会的发展，医学技术的不断进步，甲状腺结节的发病率、检出率亦日益增加。目前二维超声在分辨甲状腺结节良恶性上有一定优势，并且参考 TIRADS 分级，可以给临床提供很好的诊断指导。但对某些 4 类结节（结节的性质介于良性和恶性之间）诊断常常比较棘手，甲状腺超声造影的应用成为甲状腺结节的另一诊断利器。七十多岁的张大爷其甲状腺二维超声不排除恶性结节可能，原本需要穿刺或者手术后病理切片才能明确诊断，如今，医生们应用超声造影明确其为良性结节。造影后，张大爷不必再受穿刺或者手术的折腾，心里的焦虑不安也即刻消除了。

甲状腺结节诊断方式 准确、快速判断甲状腺结节良、恶性对于指导进一步治疗方案的选择具有重要意义。以往常用常规超声检查，快速、准确探测结节的大小、形状、位置等，但对于不典型结节良、恶性的判断，准确性较低。

随着超声造影技术的问世，提供了一种新的超声成像方式，可以通过增强模式了解甲状腺结节内部血流灌注状态的信息、判断其良恶性。

什么是甲状腺超声造影检查 甲状腺超声造影是一种以彩色超声为基础的静脉注入造影剂动态观察甲状腺结节变化的一项新技术。其原理是利用造影剂使后散射回声增强，明显提高超声诊断的分辨力、敏感性和特异性的技术。随着仪器性能的改进和新型声学造影剂的出现，超声造影已能有效的增强心肌、肝、肾、乳腺、甲状腺等实质性器官的二维超声影像和血流多普勒信号，反映和观察正常组织和病变组织的血流灌注情况，现已成为超声诊断的一个十分重要和很有前途的发展方向。有人把它看作是继二维超声、多普勒和彩色血流成像之后的第三次革命。

超声造影相比较其他检查项目，有哪些优势 超声造影最大的特点在于它可以实

时动态观察到病灶的整个血流灌注过程，并且可以反复观看。这有助于医生对病灶进行鉴别诊断，发现更多更小的病灶，尤其有助于观察到短时间内微循环的变化，增强 CT 和 MRI 都需要短暂的停顿时间扫描图像，但有时哪怕仅仅 0.1 秒内，血流灌注都可能会发生很大的变化，而这些变化，CT 和 MRI 都无法敏感地发现，这些变化对一些体积小，乏血供的肿块尤其重要。超声造影对小器官及体表包块灌注过程显示更清晰，观察更仔细，对微小病灶显示更敏感。超声造影无 X 线辐射，即使术中也能即刻检查且在短期内可重复多次，快速、简便，因此它更安全，在评估介入疗效方面也更具实用性。

超声造影的适应证有哪些 超声造影临床应用广泛，通常常规超声能显示的部位，都可以进行超声造影检查。尤其是对肝、肾、乳腺、甲状腺、涎腺、妇科肿块的定位、定性诊断具有独到的优势。此外，研究表明，超声造影在 1cm 以下亚厘米病灶的诊断方面优于 CT 和 MRI。超声造影还可应用于外伤引起的腹腔实质性脏器破裂的早期诊断；肿瘤介入治疗前后的评估；血管狭窄、闭塞、畸形的明确诊断以及心脏、大血管及动脉粥样斑块稳定性评价等。

超声造影剂和增强 CT 的造影剂一样吗 超声造影检查是经过肘正中静脉注射一种微气泡显影剂，这种超声造影剂的微气泡直径比人的红细胞还要小，绝对不会发生令人担心的空气栓塞。甲状腺超声造影检查所用的造影剂不含碘，无肝肾毒性、经过呼吸半小时就能完全出体外。

超声造影检查是怎样判断甲状腺结节性质 彩超检查是不能显示甲状腺结节内部的血流速度极低的滋养血管，超声造影检查可以显示甲状腺结节内部的微细滋养血管，而由于恶性肿瘤与良性肿瘤内部的微血流灌注是完全不一样的，因此，超声造影检查能够鉴别甲状腺结节的性质。

还是其他肤质的人，都需要加强防晒措施，选用质地轻薄的防晒产品，尽量避免长时间暴露在阳光下。除了使用专业防晒产品外，还可以采取其他一些自然的防晒方法，如佩戴遮阳帽、口罩或使用防紫外线伞等。

合理饮食 均衡饮食是保持皮肤健康的基础。长期过度摄入高脂、高糖、高盐、高热量食物会导致身体代谢紊乱，从而加重痘痘形成。此外，烟酒等刺激因素也会导致皮肤毛孔扩大，阻塞皮肤，为痘痘病菌提供生长环境，助长痘痘的形成。研究表明，奶制品中的乳糖、脂肪和激素等物质都会影响体内雄性激素的分泌，进而刺激皮脂腺分泌，加重痘痘严重程度。因此，长期长痘的人应该适当控制奶制品的摄入量，避免摄入过多的乳糖和脂肪，特别是脱脂牛奶，因为脱脂牛奶中的蛋白质含量较高，更容易导致代谢紊乱，加重痘痘病情。建议长期长痘的人应该少吃辛辣刺激、油腻、高热量、高糖、高碳水的食物，多吃新鲜的水果和蔬菜，保证有充足的水分摄入。

作息规律 长期睡眠不足或者熬夜会使人体内的激素分泌紊乱，从而加重痘痘病情。长期规律的作息可以帮助身体维持正常的代谢和免疫机能，在治疗痘痘过程中起到重要的保障作用。充足的睡眠可以帮助身体修复皮肤的细胞和组织，有助于改善皮肤的弹性和紧致度，减少色素沉着和痘印的形成。

痘痘虽然是青春期常见的皮肤问题，及时就诊是重要的治疗手段，同时良好的日常护理也是治疗痘痘非常重要的一环。适度的清洁、防晒、饮食均衡等都可以对皮肤产生积极的影响，有助于痘痘的恢复和痘印的消退。

