

“伪装高手”多发性骨髓瘤

▲ 重庆医科大学附属永川医院 但春莉

多发性骨髓瘤是一种恶性肿瘤，起源于骨髓中的浆细胞，是一种罕见的血癌，但发病率逐年升高，在血液系统恶性肿瘤中居第二位，好发于中老年人群，中位发病年龄约65岁。目前仍是一种无法治愈的疾病，对患者的生活质量和预后产生了严重影响。

病因和发病机制

多发性骨髓瘤的病因尚不清楚，鉴于本病主要发生于中老年人群，年龄可能是一个重要的危险因素。遗传因素也被认为是其发病的重要因素，有些家族中存在多个成员患有该病的情况。此外，环境因素如电离辐射、接触化学毒物、慢性抗原刺激、自身免疫性疾病、某些病毒感染等也可能与其发病有关。

临床表现

多发性骨髓瘤的典型症状多表现为“CRAB”，即：高钙血症（Calcemia）、肾功能损害（Renal insufficiency）、贫血（Anemia）和骨病（Bone lesions）。此外

还可伴随其他症状，如血清中M蛋白增多，出现高黏滞血症和淀粉样变性，常累及肾脏、心脏、视网膜、消化系统和外周神经等，患者会出现疲乏、心衰、视物模糊、舌体肥大、肝脾肿大、肢体感觉异常等症状。

大多数患者起病缓慢，早期症状并不明显，因此易被漏诊、误诊。调查发现，以血液科作为首诊科室的患者不到1/3，大部分患者于其他科室首次就诊，如因骨痛、骨折就诊于骨科；因肾功能不全、尿液异常就诊于肾内科；因咳嗽、咳痰就诊于呼吸内科；因心功能不全就诊于心内科等。

鉴于多发性骨髓瘤的“隐蔽性”，如出现以下情况，需要提高警惕性：不明原因的骨痛或病理性骨折，头晕、乏力、面色苍白，活动后心悸、气短，尿泡沫增多，颜面水肿，反复感染等。髓外浆细胞瘤还可出现肿块压迫症状。

诊断方法

本病的诊断有赖于骨髓穿刺、骨髓活检、

血常规、血生化、血清蛋白电泳、尿免疫固定蛋白电泳、血尿游离轻链、血尿蛋白定量以及影像学检查等。其中，骨髓涂片细胞学、骨髓活检病理及尿免疫固定电泳检查是诊断本病的必检项目。

为了明确其分期及评估治疗指征，应完善血常规、血生化、尿游离轻链、血尿蛋白定量以及全身多处骨骼X线片或MRI或PET/CT检查。鉴于本病的发生存在一定的遗传学异常，且不同的染色体或基因改变的患者治疗或预后也不同，还应每位患者进行相关的遗传学检查。

治疗方式

目前，多发性骨髓瘤仍是一种不可治愈的疾病，但近年随着新药的出现，如：蛋白酶体抑制剂、免疫调节剂、单克隆抗体、CAR-T细胞疗法，以及自体造血干细胞移植的应用，其疗效明显提高，极大地改善了患者症状，延长生存时间，提高生活质量。

多发性骨髓瘤的治疗方法主要有以下几

种：（1）蛋白酶体抑制剂，如硼替佐米、伊沙佐米、卡非佐米；（2）免疫调节剂，如沙利度胺、来那度胺、泊马度胺；（3）传统化学药物，包括马法兰、环磷酰胺、阿霉素，但一般不作为首选；（4）单抗靶向治疗，如CD38单抗（达雷妥尤单抗）；（5）自体造血干细胞移植，如今已成为能耐受大剂量化疗患者的一线治疗选择；（6）嵌合抗原受体T细胞（CAR-T）疗法，是复发难治患者的治疗选择；（7）对症支持治疗：如骨髓瘤骨病、骨髓瘤肾病、高钙血症、贫血、感染、血栓等。此外，骨髓瘤骨病的治疗还包括手术及放射治疗，而对于合并肾功能衰竭的患者，治疗骨髓瘤的同时，还需进行血液透析。

本病的治疗通常涉及3种药物的组合，也称作三联疗法，通常包括：靶向药物，如蛋白酶体抑制剂，单克隆抗体；CAR-T细胞疗法，小分子抑制剂，核输出抑制剂，双特异性抗体，免疫调节剂；皮质类固醇，如地塞米松。

类风湿关节炎的症状和原因

▲ 中国医科大学附属第一医院 李裔烁

类风湿关节炎是一种慢性、以侵袭性滑膜炎为主要特征的系统性自身免疫性疾病。疾病主要特征是手、足小关节的多关节、对称性、侵袭性关节症状，严重时会导致关节外的一些器官病变。当患者病情状况较为严重时，可能会使关节发生畸形以及功能丧失。

类风湿关节炎的主要症状表现

关节症状（1）晨僵是关节的早期症状，通常情况下会出现在关节肿胀、疼痛之前。关节活动后该现象会有所减轻或者消失。晨僵现象除发生在早起后，严重时也可持续整个上午，在午后有所减轻。（2）关节肿痛表现为对称性的手足小关节肿痛，通常会累及掌指、腕、手指、足趾间等，也可出现在膝、踝、颞颌以及膝关节等较大关节。关节部位会出现红、肿、热、痛以及活动障碍等。

关节外表现 部分患者会出现关节外表现，又称为类风湿关节炎的全身表现。类风湿关节炎的关节病变可能会导致患者肢体残疾，但很少危及生命。而严重的关节外表现是该疾病致死的主要因素。

（1）类风湿结节：约15%~20%患者会发生此种情况，通常发生在摩擦频繁处，如前臂内侧和鹰嘴，也可出现在枕部、臀部等。在皮下能够触及软性无定形活动小结或固定在骨膜的橡皮样质感小结。血清类风湿因子强阳性患者中，皮下类风湿结节症状发生几率更高。

（2）血管炎：常发生于患病时间长、病情控制不佳患者，表现为手足充血样皮疹，严重时可能出现肢体皮肤溃疡、梗死、坏死等情况，疼痛明显，极大影响患者生活质量。

（3）心脏受累：心包炎较常见，在超声及CT可见心包少量至中等量积液，但通常无明显心脏受压后导致的气短症状。心肌、瓣膜环或主动脉根部也可出现肉芽肿组织，病理上类似于类风湿结节，中间散在淋巴细胞浸润以至纤维化等现象。

（4）肺脏受累：间质性肺炎发生概率

不低，患者会出现发热、呼吸困难、咳嗽及胸痛等症状。病理可见肺小血管纤维蛋白样坏死及单核细胞等免疫细胞。

（5）肾脏损伤：相对少见，偶有轻微膜性肾病、肾小球肾炎等。病程长、炎症状态持续控制不佳者容易出现肾淀粉样变。

（6）血液系统损害：常因体内炎症因子存在影响红细胞生成，造成贫血。少数患者会出现脾脏肿大，化验见中性粒细胞、红细胞、血小板减少及高滴度血清类风湿因子等，为该病比较严重的类型，称为Felty综合征。

（7）眼部病变：常为该病体内免疫紊乱致自身抗体增多破坏外分泌腺，即继发干燥综合征所致。表现为眼干、干燥性角膜、结膜炎等。需在风湿科、眼科、口腔科专科门诊就诊，结合相关检查加以排查。

（9）神经系统损害：常因周围神经受压引起。如腕管综合征为腕关节及其附近结缔组织炎性增生压迫正中神经所致。表现为拇指、食指、中指和无名指桡侧感觉异常、麻木。

类风湿关节炎病因

目前该疾病发生原因尚不完全清楚，可能与以下因素相关：

（1）吸烟会导致类风湿关节炎发病率增加，但资料显示吸烟并不会增加女性类风湿关节炎发病率。

（2）类风湿关节炎的产生可能与感染存在较大关联，如现有研究报道该病与某些细菌、病毒等感染后扰乱体内免疫细胞状态相关。而随着临床研究的不断深入，发现风湿病与遗传因素也具有一定的关联性。

（3）类风湿关节炎的产生与患者自身的免疫基础和状态有一定关联，当机体的内分泌、免疫系统出现异常时，更加容易患病。

（4）当女性患者处于绝经期，体内雌激素缺乏，会对类风湿关节炎患者症状、体征产生一定影响，同时也会影响炎症水平。

正确认识结直肠癌

▲ 广东省揭阳市揭西县人民医院 林海鸥

结直肠癌是发生在结肠和直肠内的一种恶性肿瘤，主要由内部肠壁细胞异常增生引起。结直肠癌通常起源于息肉，逐渐发展成癌症，因此早期发现和治疗息肉对预防结直肠癌至关重要。

结直肠癌的风险因素

结直肠癌的发病涉及多种复杂因素，以下是一些常见的风险因素：（1）年龄：结直肠癌主要发生于50岁以上人群，年龄越大，患病风险逐渐增加。（2）家族史和遗传因素：如果家族中有直系亲属患有结直肠癌，个体的风险会增加。此外遗传突变，如遗传性非息肉性结直肠癌（HNPCC）或家族性腺瘤性息肉症（FAP）等，也可能增加患病风险。（3）饮食：高脂、低纤维的饮食习惯与结直肠癌的风险增加有关。红肉（如牛肉、猪肉、羊肉）和加工肉（如烟熏肉、腊肠等）摄入过多也被认为是风险因素。（4）肠道疾病：一些炎症性肠病，如克罗恩病和溃疡性结肠炎可能增加结直肠癌风险。（5）肥胖和缺乏运动。（6）吸烟和饮酒。（7）糖尿病：一些研究表明，2型糖尿病患者可能面临较高的结直肠癌风险。（8）前列腺疾病：前列腺问题如良性前列腺增生（BPH）可能与结直肠癌风险增加有关。（9）放射线暴露：长期接触放射线可能会增加结直肠癌的风险。（10）其他因素：长期使用某些药物、长期便秘等。

结直肠癌的症状与诊断

结直肠癌的症状因个体差异和疾病阶段而有所不同，以下是一些常见的症状：

（1）变化的排便习惯：包括便秘、腹泻或排便习惯的改变，如形状或颜色。（2）血便：可能出现鲜红色或暗红色的血液混合在粪便中，或在排便后的马桶水中发现血液。（3）腹痛和不适。（4）体重下降：没有明显原因的体重下降。（5）疲劳和虚弱感。（6）排空不完全感：患者可能感觉

排便后肠道未完全清空。

早期发现结直肠癌对治疗和康复至关重要。结直肠癌的诊断方法包括：（1）结肠镜检查（大肠镜）：通过插入一根灵活的管子（镜子）进入结肠和直肠，可以直接观察内部肠道组织并取样检测的方法，是确诊结直肠癌最常用的方法之一。（2）CT扫描和MRI：可提供更详细的肿瘤图像，帮助医生了解肿瘤的大小、位置和转移情况。（3）粪便潜血试验：检测粪便中是否有血液，可能表明患者存在潜在的结肠问题。（4）生物标志物检测。（5）组织活检：在结肠镜检查中，医生可取组织样本进行生物检测，以确认是否存在癌细胞。

结直肠癌的预防

结直肠癌的预防包括以下几个方面：（1）健康饮食：增加蔬菜、水果、全谷物和高纤维食物的摄入，减少红肉（如牛肉、猪肉、羊肉）和加工肉（如烟熏肉、腊肠）的摄入。（2）控制体重：保持适当的体重，避免肥胖。（3）定期体育锻炼：适度的体育锻炼有助于维持健康的体重和消化系统功能。（4）戒烟和限制酒精。（5）避免过度烹调红肉：高温烹调红肉，如烤肉或油炸，可能产生致癌物质，应适度避免。（6）适量摄入钙和维生素D：有助于维护骨骼健康，可能降低结直肠癌风险。

结直肠癌的早期发现和及时治疗可大大提高治愈率。通过保持健康的生活方式、定期体检和早期筛查，可以更好地预防和管理结直肠癌，保护自己和家人的健康。

