

科学认识肝癌

▲ 绵阳市人民医院 杨鸣

肝癌是一种发生在肝脏器官的恶性肿瘤，是我国最常见的恶性肿瘤之一。据国家癌症中心对恶性肿瘤数据统计，每年肝癌的死亡率居癌症疾病中第二位，致死率接近 90%。肝癌临床分为原发性肝癌和继发性肝癌两种。肝癌早期无症状，被很多人忽视，当出现肝部疼痛，以及发热乏力等表现时，基本是肝癌晚期了，此时治疗效果很差，死亡率非常高。所以，正确认识肝癌，学习肝癌防治知识非常重要，生活中要注意远离患病因素，积极保护个人生命健康。

肝癌产生的病因

肝癌分为原发性肝癌和继发性肝癌，其中继发性肝癌是指其他器官癌变转移到肝脏导致的，其他器官恶性肿瘤生长到一定程度后，癌细胞会通过人体循环系统，进入肝脏，形成肝癌，肿瘤细胞不断繁殖，逐渐形成独立的肿瘤细胞团块，破坏肝脏健康。而原发性肝癌的发病机制并无完全清楚，不过通过

大量临床研究发现，肝癌的发病离不开过量饮酒、食物、饮水、病毒、寄生虫、病毒性肝炎和遗传等因素，这些危险因素一定程度上会影响肝细胞 DNA，导致细胞生长异常进而引发癌症。肝癌家庭聚集现象的发生，离不开日常家族饮食生活习性的影响，也与肝癌的遗传易感性有密切关系。

日常食物与饮水也是肝癌形成的重要因素，霉变食物中含有大量的黄曲霉素，长期进食极易引发癌变，食用含有亚硝胺食物，微量元素较少的食物或者经常饮用因藻类毒素污染的水源，是肝癌的重要诱发因素。饮酒过量、经常抽烟的人群，发病率要更高，患有肝炎的人群长期或过量饮酒均会增加患肝癌的风险。肝硬化也是演化成肝癌的最直接因素，病毒性肝炎导致的肝硬化和原发性胆汁性肝硬化都有可能发展至肝癌。

肝癌表现的症状

肝癌患者早期通常症状不明显或者无症

状表现，可能会出现腹胀、恶心、食欲不振、呕吐、食欲减退，大多为消化系统疾病，当临床症状明显的时候，已经是进入中晚期了。肝区持续性隐痛、刺痛，中上腹胀痛，夜间较为明显，由于食欲减退、恶心呕吐等症状缺乏特异性，容易被忽视，发热症状也有伴随发生。

肝癌的就医治疗

因为肝癌出现肝区疼痛时，就已经是晚期，为了能及早发现，对于高危人群，应每年进行一次腹部超声和血清甲胎蛋白检测，如果出现阳性改变，应进一步行腹部增强 CT 检查。肝癌明确诊断后的需进行积极的治疗，肝癌对化疗和放疗不敏感，常用的治疗方法有手术切除、肝移植、射频消融术等手段，以手术切除为主的综合治疗是提高肝癌治愈率的有效方案。

肝癌患者出现肝功能下降，需使用保肝药物，保护好肝功能，提升治疗效果，并降

低并发症的出现。肝癌的免疫治疗，通过免疫调节剂，起到抗肿瘤作用。肝移植是肝癌的重要治疗手段，通过专业医生进行个体化的评估，找到与患者匹配的健康肝脏来源，该治疗手段对患者的生存质量、延长生命时间最终达到治愈疾病具有重要意义。

中医治疗重调理，通过改善患者机体抵抗力，减轻患者因为放化疗产生的不良反应，提高患者的生活质量，减轻疾病带来的痛苦。

肝癌患者的预后与日常预防

中晚期肝癌通常无法彻底治愈，综合治疗在一定程度上可有效延长患者生存时间，由于患者复发率较高，应该在日常生活中注意及时随访和进行检查，并预防并发症的发生。肝癌患者日常生活中应注意合理膳食、食物选择多样化，摄入富含蛋白的食物，多吃蔬菜水果等富含维生素食物，限制糖类的摄入，戒烟戒酒，保持良好的作息习惯。

超声检查憋尿的注意要点

▲崇州市妇幼保健院 马黛群

超声检查是临床上最常见的检查方式，不仅无痛无创无放射性，而且检查准确性高，不过有些人对检查中的一些注意事项感到疑惑，比如检查中的憋尿问题。不少人对此不甚理解，也不知道如何憋尿，甚至因此引起各种“囿事”。本文就和大家详细讨论下关于超声检查中的憋尿问题，希望大家对此多些了解。

超声检查项目中为什么有憋尿要求？

超声检查虽然有很多检查优势，但同样也存在一定的不足之处。超声是依靠超声波反射而生成的检测图像，所以检查中如果受到部分阻碍物的影响，会使检测结果不准确，而检查前的憋尿要求正是克服其中部分检查局限性的必要方法。人体腹部，尤其是在下腹部位主要分布肠管，如果直接进行超声检查，会受肠管影响而无法检查到后方的一些器官，比如女性子宫，男性前列腺等器官，而通过喝水憋尿，能够使膀胱充盈变大，将附近的肠管挤开，以此使后下方的器官可以准确显像，所以部分超声检查项目进行前按照医生要求憋尿是非常有必要的。

哪些超声检查项目需要憋尿？

憋尿要求一般会 and 排便要求同时进行，当然也并非各项检查都需两项要求，对于不同部位有差异化的检查注意事项，憋尿检测要求具体有如下几点检查项目：

（1）男性前列腺及精囊检查需要憋尿；（2）女性经腹部子宫及相关附件检查；（3）盆腔部位检查；（4）肾、输尿管以及膀胱等部位检查；（5）下腹部肿块检查；（6）孕妇体检项目。

其中，孕妇体检项目有一定的特殊性，憋尿要求相对较少，真正需要憋尿的一般主要是如下四类人群：其一，怀孕的前 12 周；其二，怀孕期间出现阴道出血状况者；其三，前胎进行剖腹产者；其四，检测子宫颈长度

者。其他一些项目的检查或孕龄段不需再进行憋尿，因为孕妇宫腔羊水就已经可以起到膀胱憋尿作用，无需再借助憋尿加以要求。

憋尿过程中注意事项

很多人可能对憋尿具体程度、如何憋尿等问题有所疑惑，这里结合一些常见注意事项和大家简要叙述：

憋尿要适度。一些检查者对此了解不多，无法准确把握度量，就只是一味喝水，这样是很不对的。如果憋尿到憋不住的程度，膀胱过度充盈，反而会挤压到被检查器官，不利于超声检查。如果憋尿程度比较轻微，膀胱充盈不足，无法将肠管挤开，会使肠管遮蔽器官无法显示完全。所以务必要保持适度憋尿，感觉小腹有轻微鼓胀感即可，可结合个人身体反应状况在检查前半个小时喝水，一般成年人以 500ml~700ml 左右为宜，大概为 1.5 瓶左右的瓶装水，确保在半小时后有排尿意向即可进行检查。

憋尿最好选择白开水。一些人在憋尿时选择饮料、浓茶，虽然利于尿液生成，但其也有一定的不利影响，这些饮品可能导致被检查者胃肠道内产生大量气体，会对检查造成影响，所以憋尿最好选择白开水。憋尿前可以上个厕所排便，减少肠道内的的粪便也有助于检查。喝完足量水后可以来回走动一会儿，有助于生成尿液，或者适当饮用一些西瓜汁等利尿品，当有尿意时，就可进行检查了。

特殊群体应结合身体状况及时联系医生。一般注意事项主要是针对于普通人群的检查要求，还有部分检查者本身有一些特殊要求的，应另外注意。比如不少老年人或其他难以憋住尿者，要提前告知医生，以便安排其及早进行检查；再如孕期需要憋尿检查者也要先和医生进行沟通，告知身体状况以进行更规范的要求。

胃癌的科学治疗

▲ 成都市龙泉驿区中医医院 王志鹏

胃癌是源自胃黏膜上皮的恶性肿瘤，死亡率占全部恶性肿瘤疾病的第 3 位，占消化道恶性肿瘤的首位。国家癌症中心的数据显示，我国是胃癌高发率和死亡率的国家，远超过世界平均水平。早发现早治疗，是胃癌治疗的重要原则。早期胃癌通过最科学的治疗方法治愈率很高，在治疗手段中，中药调理、中医治疗、放化疗、手术治疗等方法最为常见，其中手术治疗是首选的治疗方法，因为手术治疗对于患者的治愈可能性非常大，治愈的几率高于其他手段。

胃癌的发生部位常在胃上部、中部、下部和胃食管结合的位置，早期控制病灶对于治疗胃癌，具有积极现实意义。

胃癌治疗方式

1、手术治疗。通常情况下，患者在确诊胃癌后，首选的治疗方法是手术治疗。根据患者肿瘤发生的病变大小和个人身体健康条件，从而采取适合的手术方案。当患者肿瘤较小并处在粘膜层的位置，可以采取腹腔镜手术治疗；如果患者肿瘤处在进展期或非粘膜层位置时，则需要采用传统的部分切除或全部切除手术介入治疗。患者自身条件较差且处在无法进食的状态，不建议手术治疗，可以采用化疗的方式做进一步治疗。早期胃癌的内镜治疗包括切除法及非切除法，后者包括光敏治疗、激光治疗、局部注射法及组织凝固法。切除法可获得切下的黏膜标本，以供病理检查。该法先将内镜注射针经胃镜活检孔插入胃内达到病变边缘，向黏膜下注射含肾上腺素的生理盐水，使局部病变隆起，便于圈套，同时也可将病变与肌层隔离开来，保护肌层不受电凝损伤并防止出血，切下标本必须经病理检查，切端无癌细胞为完全切除，术后随访 2 年无复发可列为治愈。

2、腹腔镜下局部切除：该手术可不

开腹，即将胃壁病变作全层切除，切除范围也远较内镜下黏膜切除为广，且可将邻近胃癌病灶周围的淋巴结一并切除，如活检发现有癌转移时可即中转剖腹作根治手术。患者术后早期可进食，住院期短，因此有其优越性，切除范围较内镜为广。该手术一般宜于胃前壁的病变，如病变位于后壁或近侧，则需经胃腔内将病变部位黏膜切除或手术切除。

在早期的胃癌手术后，患者的身体通常是比较虚弱的，而且胃内的残余病灶可能会导致并发症或者复发，因此中药辅助治疗尤为重要，可避免病症的复发，增加早期胃癌手术治疗的彻底性。术后及时巩固治疗，可以减少术后的复发转移、提高手术的治疗效果，以此可改善患者的生活质量。

3、中药治疗。中药的治疗方法，不论是胃癌的哪个治疗阶段，都可以用，尤其是在早期的治疗中。中药作为辅助的治疗手段。利用各种治疗手段与中药治疗相结合，可大大的增强患者的耐受力，并为其其他治疗方法做充足的准备，在术后进行巩固治疗，也可提高其他治疗方法的效果。中医的治疗既可以用于辅助其他治疗手段，也可以单独使用，既可以提高患者自身的免疫系统，又能改善患者的生活质量，起到增强治疗效果的作用，作为早期放化疗和手术治疗的辅助手段，可以起到协同增效的功效。

4、放化疗。放化疗的治疗手段也可以用于胃癌的早期治疗中，可以有效地控制局部癌化的症状，也是一种常见的胃癌治疗手段，一般是配合手术前后来进行，以此来增强手术的彻底性，不过放化疗有一定的副作用，对于治疗的针对性差一些，患者的痛苦很大。一般遇到此情况，临床上都会搭配一些中药来配合放化疗的进行，来减毒增效，提高患者的免疫功能。