



医师报

2021年3月18日

本版责编：张玉辉
美编：乐之
电话：010-58302828-6674
E-mail:ysbzhangyuhui@163.com

科普 C5
POPULAR SCIENCE

肝癌的症状及治疗措施

▲眉山市仁寿县中医医院 李勇

肝癌是肝细胞和肝胆管细胞上发生的恶性肿瘤，是一种死亡率仅次于胃癌、食道癌的疾病，虽说多数人闻癌色变，但是只要及早的积极治疗，还是有极大的可能在5年内不会死亡，甚至存活更长的时间。

肝癌在发病早期几乎不会产生十分明显的症状，多数是在肝脏疾病的随访过程中，或者是在体检时用AFP或者是B超检查发现的。等肝癌出现症状，待患者去检查的时候，癌症已经发展到中晚期。因此不同疾病发展阶段的症状会存在差异。

肝癌的常见症状

肝癌主要以肝痛、乏力、纳差、体重减轻为主要症状，在早期，一般需要2年左右的时间，多数患者没有症状，只有少数病人会产生食欲减退、上腹胀痛、乏力等，还有一些患者产生肝脏轻微肿胀。中晚期患者就会出现典型的肝癌症状。

第一，肝区疼痛。疼痛的方式多数是

一阵一阵的钝痛或胀痛，这是由于癌细胞生长较快，导致肝脏外膜被绷紧，肿瘤干扰到膈肌而产生的疼痛，这种疼痛会外放到肩膀部位；如果肿瘤是向后生长的，还会产生腰痛；如果患者发生严重的腹痛，可能是癌细胞出血或者向腹腔生长，导致腹腔出现溃烂破损；第二，消化道症状：消化不良、恶心呕吐、腹泻，容易与消化系统疾病混淆；第三乏力、消瘦、全身衰弱；第四，发热：多数低于38℃，偶尔会出现>39℃的情况，表现为一直发热，或者出现午后低热；第五，转移灶症状：多数是肿瘤出现转移的时候才会出现的症状，如转移到肺会出现咳嗽、咯血；胸膜的疼痛、胸腔积水；肺动脉梗塞；下腔静脉的下肢水肿；脊柱的疼痛或截瘫；颅内的脑疝等；第六，全身症状：代谢异常情况，自发性低血糖症：肝内分泌胰岛素过多；红细胞增多；高脂血症、高钙血症、性早熟、促性腺激素分泌综合征；异常纤维蛋白原症；第七，黄疸：中晚期肝癌会产生的

体征，弥漫性肝癌和胆管细胞癌容易发生黄疸。产生的原因是由于肿瘤压迫胆管，或者在胆管内的肿瘤阻塞胆管，还有可能是转移癌导致淋巴结肿大而压迫胆管。

肝癌的治疗方法

针对肝癌，应该及早进行切除手术，如果肿瘤太大，不能通过手术切除，则需要进行综合治疗。

手术治疗 主要是以手术切除为主，最好是能够在发病的早期就给它切掉，才能提高患者的生存概率，肿瘤越不大，患者在5年之内活下来的概率就越大。手术治疗适用于肝癌患者，预估的病变大小仅限在一个肝叶或者是半个肝脏；没有明显的黄疸症状、腹水或者是没有向远处转移的患者；肝功能尚且没有损坏特别严重，对凝血功能尚未产生太大影响，手术不会出现大出血情况；心脏、肝脏、肾脏可以接受手术切除的。将肝脏切除一小部分与切除肝叶产生的治疗效果

是一样的，并且对肝功能影响较小，难以发生肝功能紊乱，并且手术也不容易发生大出血等恶劣情况导致患者死亡。但是将肝脏切除，也很容易复发，因此在手术切除之后，也应该定期进行检查，来看看是否复发。国外也经常应用肝脏移植手术，但是在术后经常会使用免疫抑制剂来减少移植肝脏的排外反应，但是抑郁免疫受到抑制，肝癌容易卷土重来，就会十分容易导致患者死亡。

肝动脉栓塞化疗（TAE） 是一种非手术治疗的方法，当患者不能进行手术治疗的时候可以进行该种治疗。较多使用碘化油混合化疗药物、131 I 碘化油、125 I 碘化油、90 钷微球堵住离肿瘤较远的为肿瘤供血的血管，再用明胶海绵堵住离肿瘤较近的给肿瘤供血的肝动脉血管，让肿瘤不能形成血液循环，让肿瘤缺血坏死。

放疗 适用于不能进行手术的患者，并且患者如果可以耐受长期持续的放射治疗，那么则会产生更好的效果。

消化不良的护理方法

▲遂宁市中医院 唐曙光

很多人都有过消化不良的经历，但大多数时候大家对消化不良并不了解。消化系统属于人体八大系统之一，同时也是出现疾病较多的系统之一。消化不良是怎么回事？出现消化不良后又该如何进行护理？

消化不良的两种类型

消化不良是因为肠胃功能异常、肠胃粘膜损伤、内脏异常等造成的，患者常会在吃完饭后感觉到早饱感、饱胀、上腹痛等症状。根据消化不良导致的原因不同，还可以将消化不良分为器质性与功能性两大类，这两大类在症状表现上没有明显差异，患者病发后都会表现出饱胀不适、腹部疼痛等，但两类消化不良在本质上有很大区别，前者出现是由于消化道出现损伤，例如食管炎、肠胃溃疡等；而后者检查后会发现消化道并没有任何损伤，导致消化不良出现的主要是功能异常。功能性消化不良的发病诱因很多，其中精神因素作为发病诱因比较常见，精神紧张或抑郁状态下，胃的运动与分泌减弱，甚至可能停止，在抑郁，灰心时，肠蠕动呈抑制状态，焦虑或抑郁的心理状态可引起体内某些激素分泌的改变和植物神经功能改变，从而导致功能性消化不良。当出现消化不良后，患者不仅无法正常饮食，且还难受，为降低患者痛苦需立即采取救治与护理。

消化不良的护理方法

当患者出现消化不良后，除了可以采用药物等方式进行治疗外，患者还可以使用一些有效的护理干预方法，以辅助治疗，缓解腹胀、腹痛等，帮助自己的消化系统早日恢复如初。

饮食问题必须关注 消化不良主要发病部位即消化道，所以在消化不良治疗过程中也必须关注饮食的问题，平时在生活中饮食习惯不好的患者要尤其注意，不良的饮食习惯可能加重消化不良的病情。首先，在饮食上不是什么都可以吃。消化

不良发生后，要适当调整自己平时的菜单，此时饮食增加一些清淡易于消化的食物，减少一些高脂肪、高蛋白等代谢相对较慢的食物摄入，促使自己的胃肠道功能可以尽快恢复如初，减轻腹痛、腹胀等症状。其次，饮食频率控制好。很多患者可能由于工作缘故，常常吃饭也没有固定的时间，更不要提吃饭定量，常常是饥一顿饱一顿，这样无疑会加重对胃肠道造成的伤害。所以，患者需要按时按点吃饭，并以少食多餐为原则，养成良好的饮食习惯。再次，要忌烟酒。有部分消化不良患者有饮酒习惯，在病发时要禁，避免酒加重对胃肠道的刺激。

保持良好心态 有一部分消化不良患者由于对消化不良认识不足，出现了消化不良后心情瞬间就不美丽了，出现了抑郁等情况。因此，要给予消化不良患者充分的尊重，积极与他们聊天，评估他们当前的心理状况，鼓励他们将自己的焦虑点与疑问表达出来，将负性情绪通过合理的方式宣泄出来，减小非必要的压力。另外，为了改善患者的心态，可以将关于消化不良出现的原因、消化不良症状等一些消化不良常识性知识传达给患者，让他们对消化不良有全面地了解，避免由于认识不足，导致过度焦虑情况出现，让他们可以维持一个良好积极的心态面对消化不良治疗。

生活方式调整 生活方式与健康关系密切，很多疾病出现与恢复都与生活习惯有很大的关系，消化不良也不例外，在治疗消化不良期间，可以对患者的生活进行干预，帮助他们养成一个良好的生活习惯，每天可以保证睡眠充足、运动适宜，打造一个健康的体魄，避免消化不良加重。例如可以制定一个每天休息与运动的计划，每天晚上11点前入睡，每天运动1小时等。

总之，一旦出现了消化不良，千万要冷静，及时到正规医院做检查，并积极配合医生进行治疗，在治疗过程中采取上述护理措施配合治疗，这样能更快的治愈疾病。

白内障治疗的常见误区

▲绵阳市安州区人民医院 夏世全

从刚出生到生命终止的那一刻，除了睡觉以外，我们时时刻刻都需要使用眼睛。随着老龄化人口的不断增加，白内障患者越来越多，白内障的发病形势日趋严峻。这是因为人们对该疾病并没有正确的认识，因此必须加强对白内障相关知识的普及，从而有效避免治疗误区。

误区一：用药物也能治疗白内障 很多人认为使用药物和针灸方法就能治疗白内障，没必要进行手术治疗，实际上并非如此。虽然使用药物和某些中医方法也能抑制白内障的发展，甚至还有可能彻底恢复白内障患者的视力。然而上述方法仅仅对发病早期的白内障患者有效，而白内障患者的病情发展到中期和晚期时，通过药物和中医就无法治疗白内障患者。所以，中期和晚期的白内障患者必须要接受手术治疗，才能促进视力的恢复。

误区二：看不见了才去治疗 白内障是一种常见疾病，由于大多数人缺乏对白内障的正确认识，觉得白内障成熟了，也就是彻底失明了才需要治疗，然而这种情况下，长此以往会出现青光眼或者过敏性葡萄膜炎等并发症，此时患者的眼睛越来越红，而且具有强烈的疼痛感，一旦无法得到及时治疗，将会造成永久性的失明，从而酿成一生的遗憾。人体器官的自然老化是不可避免的，但是白内障可以在最大程度上早发现和早治疗。虽然患病初期，白内障患者并没有任何症状，眼睛没有疼痛感或者发红，也不会过多影响视力。随着白内障患者的病情日益恶化，影像的颜色会逐渐晦暗，在阅读时通常会觉得光线不足，视力也越来越模糊。对此，可以遮住一只眼睛，一旦感觉另一只眼睛的视力下降，就需要分析自身是否已经患上了白内障等眼疾，从而实现早治疗，以便更好的保护眼睛。

误区三：出生后不用做眼睛检查 根据相关统计，每年有将近50万的儿童由于患上眼疾而导致失明，平均每分钟就会发生

一例儿童失明案例，而白内障是引起儿童失明的关键原因。在婴儿出生时，大部分父母只重视婴儿的四肢是不是齐全，却通常会忽视人体最脆弱的部位，也就是眼睛。由于婴儿无法进行自我判断，因此家长在婴儿出生后必须带孩子接受检查。除了做检查，家长也可以通过观察进行判断，包括观察婴儿的瞳孔区域有没有白点和晦暗、是不是有光泽、有没有焦点、会不会随着光线游走等。一旦母亲在怀孕初期感染了风疹、水痘、麻疹、腮腺炎和营养代谢紊乱等情况，或者家族成员中有人患过白内障，更要重视新生儿的早期症状，以便尽早诊断出先天性白内障。

误区四：部分患者不能进行手术治疗 有些人认为部分白内障患者无法进行手术治疗，比如伴有糖尿病、高血压、冠心病和青光眼等疾病的老年患者，其实并不是，这些患者也能够进行手术治疗，只是需要在医生的指导下，严格控制患者的血糖、血压和心功能等，使其处于标准范围内即可。实际上，伴有青光眼的白内障患者更需要及早进行手术治疗。

误区五：手术一定能提高视力 大部分患者都认为只要进行手术，肯定能够提高视力，然而部分老年患者在接受了白内障手术治疗后，视力却依旧较差，这主要是由于这些患者除了患有白内障，还有患上黄斑变性或者其他眼疾的可能，类似照相机的底片存在问题。这类白内障患者，就算做了手术，也无法确定能够提高视力。

误区六：白内障术后还会复发 白内障摘除后是不可能再生的，在植入人工晶体后的2到6年，大约有10%至20%的患者，其视力会再次下降，然而这并不是白内障复发，而是因为支撑人工晶体的后囊膜变得浑浊而导致视力下降，也就是后发性白内障，这并不意味着手术失败，只是白内障手术后非常常见的并发症，对此，患者应接受激光治疗，不仅手术简单，还能提高视力，不需要担心。