



胃癌术后复发的常见信号

▲ 阆中市人民医院 庞君豪

胃癌是源自胃黏膜上皮的恶性肿瘤，发病率占全部恶性肿瘤的第3位，占消化道恶性肿瘤的首位，占胃恶性肿瘤的95%。可见胃癌是威胁人类健康的一种常见病。手术是治疗胃癌的重要手段，但手术之后也存在一定的复发和转移概率，因此患者要在术后康复过程中对胃癌的复发和转移进行科学、合理的预防。

胃癌术后也要重视化疗

如果在胃癌早期就进行了手术，多数患者在5年期存活率很高。但如果患者到了胃癌晚期才进行手术治疗，那么可能就会在3~5年之内发生复发和转移，因此晚期手术之后就需要关注是否会发生复发和转移的情况。

当患者检查出患上了胃癌，通过手术、中药、化疗等手段进行治疗后，在胃镜、CT、MRI等检查之后，发现体内没有了肿瘤组织。但是这并不能说明癌症已被完全清除，这只能说明表面的癌症所生成的能够观察到的组织被清除，但是还有一些癌细胞会隐

藏起来，不但难以检查出来，身体的免疫细胞也不会发现。等到时机成熟，癌细胞发现了可以生长繁殖的机会，就会卷土重来，导致患者的胃癌复发和转移。

胃癌转移的常见信号

每一个得了胃癌的患者，经过综合治疗后，癌症都有可能复发和转移。如果发现复发和转移，也不要灰心，通过现有的技术还是能够很好的治疗，只要患者能够及早发现，及早治疗，但重要的是预防复发和转移。为了帮助患者及早发现复发，下面就介绍一下复发的信号。

（1）突然出现胃老毛病的症状，胃痛、胃不舒服、胃胀、反气、不想吃东西等，这种情况会产生较长时间，这个时候患者就应该考虑一下是不是胃癌复发了，此时应该去做一下胃镜检查，如果复发就能够及早治疗。

（2）突然出现受到刺激就会咳嗽，没有痰液，就是呛到的咳嗽症状，并且没有其他类似感冒的症状，在服用治疗咳嗽以及感冒的药物也没有出现效果，这种情况的胃癌

患者就应该考虑是不是癌细胞转移到了肺部，建议患者做一个胸片检查来排除转移。

（3）偶然发现左侧锁骨上窝有一个不知道是良性还是恶性的肿大淋巴结，这是因为如果胃癌发生淋巴结转移就会首先在这个位置出现，因此需要立即检查是否复发。

（4）出现不明原因导致的黑便，呈现出柏油样，并且好几天都是这样的大便。如果能够排除吃了动物血的原因，就需要去检查是不是胃出血，有一些胃癌复发的症状就有可能是胃出血。

（5）有较长时间的体力下降，体重也下降，看着比以前瘦了很多，这可能也是胃癌复发的症状，患者就要咨询医生，如果医生不能确定，就需要进行专业检查。

（6）慢性低烧症状，每天的体温都是38℃左右，服用感冒药也没有效果，检查没发现呼吸道感染疾病，患者应该做胃镜、腹部CT检查来排除复发。

（7）感觉最近几天肚子变大，肚子胀，走路时会感觉浮动，类似腹水症状，应考虑癌症扩散到腹腔，需要及时检查。

中医治疗腰椎间盘突出症的优势

▲ 崇州二医院 龚碧玉

随着人们的生活和工作方式的改变，腰椎间盘突出症逐渐有着年轻化的趋势。我们知道，人体有五个腰椎，每一个腰椎由前方的椎体和后方的附件组成。腰椎间盘突出包括纤维环软骨板和髓核，主要是由于腰椎间盘的髓核突破了纤维环的保护，刺激到周围的神经，从而出现了腰痛、下肢的放射痛和麻木，腰椎间盘突出只有囊括所有的症状才能称为腰椎间盘突出症。

腰椎间盘突出症一旦发作，会让人痛苦不堪。目前治疗该病的方法也很多，中医正骨技术在治疗时也有很多优势。

腰椎间盘突出症的症状

据有关临床统计，腰椎间盘突出症是骨科门诊中最为常见的疾患，也是腰腿痛最为多见的病因。腰椎间盘突出症的临床症状有腰痛、下肢放射痛、肢体麻木、肢体冷感、间歇性跛行、肌肉麻痹、马尾神经症状、下腹部痛或大腿前侧痛、患肢皮温较低、肢体多汗、肿胀、骶尾部痛及膝部放射痛等。青壮年、过于肥胖或者过于瘦弱的人、长期弯腰用力者、孕妇、更年期女性是好发人群。

腰椎间盘突出症与外伤、职业、遗传因素、腰骶先天异常有关。此外，除了椎间盘的退行性病变外，各种诱发因素也具有重要作用，例如某些稍许增加腹压的因素即可使髓核突出。主要原因是椎间盘退行性变的基础上，某种可诱发椎间盘压力突然升高的因素致使呈游离状态的髓核穿过已变性、薄化的纤维环进入椎管前方或穿过椎板侵入椎体边缘处。

腰椎间盘突出症的中医疗法

多数患者的腰椎间盘突出症可通过手术治疗和非手术治疗来达到治愈的目的。“腰者肾之府，转摇不能，肾将惫矣”中医在治疗腰椎间盘突出症有着独特的见解。

中医正骨是一种特殊的推拿手法，是用

胃癌患者康复期也要复查

为了预防复发和转移，下面介绍一下手术出院之后需要复查的项目。

CT 一般是术后1个月，在开始化疗的时候进行CT检查，完成化疗之后在检查一次CT，再过6个月后进行CT检查。一般是出院的时候首先进行CT检查，出院1年内每半年进行CT检查。

胃镜 在出院之后1年内最好是每半年做一个胃镜检查，在1年后3年内每1年做一次检查，通过胃镜检查能够发现手术残留位置的情况。

验血 检查CEA和血常规，CEA是胃癌的癌症标志物，能够表示胃癌是否复发，当胃癌复发会出现贫血症状，因此验血能够检查到是否复发。检查频率是术后2年内每半年检查1次。

检查大便隐血 胃癌会导致胃壁出血，检查大便会发现隐血阳性。检查频率最好是术后2年内每半年检查1次。

带你正确认识鼻炎

▲ 富顺县人民医院 王杰

鼻炎是耳鼻喉科一种常见疾病，是由于各种病理性、生理性疾病所引起的鼻腔内膜炎症反应，气温或环境变化时更是会喷嚏不断，让患者饱受疾病的困扰。许多人认为鼻炎不严重，而忽略对该病的治疗，任其自然发展，导致病情加重，影响患者的正常生活。

鼻炎的常见病因

鼻炎的病因多种多样，常见的病因有：
病毒感染 大自然中存在着各种各样的病毒，其中许多病毒都可导致鼻炎的发生，常见病毒有鼻病毒、流感、腺病毒、冠状病毒、柯萨奇病毒、黏液和副黏液病毒等，其可通过呼吸道感染，也可通过被病毒污染的食物进入人体，因此在日常生活中要注意通风换气，保持空气清新，预防病毒趁虚而入。

不良生活习惯 有人有挖鼻孔、拔鼻毛的习惯，可能导致鼻黏膜受损，同时不注重鼻腔卫生，也可能引发细菌感染，出现鼻炎。

免疫力低下 过度疲劳、受凉受湿、营养不良等会大致身体免疫力下降，鼻黏膜对于外界病毒、细菌的抵抗能力随着减弱，存在于鼻咽部的致病菌将大量生长繁殖，从而继发感染引起鼻炎。

鼻部临近器官病变 面部各器官之间是相通的，当患者有慢性咽炎、扁桃体炎等疾病时，炎症将会扩散到鼻腔，从而诱发鼻炎。

环境因素 长期处于面粉、煤尘、烟草、化学物质等环境中，会对鼻黏膜产生刺激作用，造成鼻黏膜受损，引起慢性鼻炎。

天气变化 气温的骤然变化，体热交替会刺激鼻黏膜，在冬季较为多发急性鼻炎。

遗传 鼻炎具有家族遗传性，存在变态反应家族史的人群更容易受到鼻炎的侵害。

鼻炎的治疗方法

鼻炎主要表现为鼻塞、鼻痒、打喷嚏、流鼻涕等症状，因其临床症状影响性不大，

导致许多人认为鼻炎不需要治疗，其实不然。鼻炎会影响我们的呼吸系统，会可能引发急性中耳炎、急性支气管炎、急性鼻窦炎等并发症，损害患者的身体健康。为了避免这一情况的发生，我们应对鼻炎予以积极治疗。

盐水洗鼻 盐水具有消毒杀菌的作用，使用生理性盐水可降低鼻黏膜局部过敏原浓度，清除鼻腔内聚集的细菌、病毒，恢复鼻腔健康环境，改善鼻纤毛运动功能，提高自我排毒功能，从而缓解患者的鼻部不适症状。将5g的洗鼻盐同500ml温开水（37℃左右）混合调配成0.9%的生理盐水，应注意严重氯化钠代谢障碍者禁用。

口服药物 依据鼻炎的原发病因进行治疗，对于过敏性鼻炎可采用抗组胺药物，常用药物有氯雷他定、扑尔敏等，可快速减轻鼻痒、打喷嚏、鼻分泌亢进等症状，但此种药物对于鼻塞缓解效果并不理想，可以结合鼻用减充血药物如羟甲唑林进行辅助治疗，但此种药物不宜长时间使用，会导致药物性鼻炎；对于有炎症或炎症明显，可选用大环内酯类罗红霉素、阿奇霉素来消除炎症因子。

激光、微波治疗 主要适用于鼻腔阻塞的问题，对于治疗打喷嚏很明显的效果，但对于治疗流鼻涕效果不明显。

手术治疗 对于药物治疗无效的鼻炎患者可考虑行手术治疗，常用的手术方法有选择性神经切断术、下鼻甲成形术、前鼻孔闭合术、鼻内镜下鼻窦开放术等。手术方法一般适用于鼻腔非常干燥的萎缩性鼻炎、鼻甲肥大原因引起的鼻腔阻塞等情况。

为了避免鼻炎的发生，在日常生活中我们应保持饮食健康，食物摄入应营养均衡，保持充足的休息睡眠，适当的进行户外锻炼，来增强身体素质，提高对寒冷的适应能力，在流感季节应少去人多的场所，若有出行需要，应佩戴好口罩，做好消毒洗手工作，对于确诊为过敏性鼻炎的患者则应尽量远离过敏原，少食用易诱发过敏反应的海鲜类食物。