

2022年全国肿瘤防治宣传周特别策划

癌症防治 早早行动

乳腺癌

王坤：

狙击全球第一癌，早期发现是关键

广东省人民医院肿瘤医院副院长、乳腺肿瘤科主任

治愈率高，关键要早

“乳腺癌是实体肿瘤中预后效果较好的一类，‘早’是其中非常关键的一点。”王坤表示，“1期乳腺癌的5年生存率可以达到94%，而到了4期就只有30%。从这巨大的差别不难看出，乳腺癌的分期越早，预后越好。”

同时，分期越早，需要进行的干预手段可能也越少。比如原位癌，可能仅需一次手术就可治愈，而不需要化疗、放疗、内分泌治疗等，患者的耐受性会更好。因此，越早发现，能得到的治疗效果越好，付出的代价也越少。

如何早期发现？自己摸出来多已中期

要如何做到早期发现？坊间的各种乳房自检到底有用吗？目前，发现早期病灶主要通过主动体检，而非很多人以为的依靠患者自检。“王坤解释，通过患者自检摸出来的肿块，往往多为直径2厘米以上，从专业上来看至少已是中期。而直径两三毫米大的乳腺癌，往往可以通过体检发现，得到及时诊治从而治愈。因此专家更主张通过专业的彩超、钼靶、核磁等影像学方法，尽早筛查出早期乳腺癌。”

体检报告怎么看？留意这个分级！

乳腺囊肿、乳腺结节……许多人常被体检报告上这些术语吓到。王坤表示，体检人不必过于纠结这些医学描述，而应把重点放在报告中的BI-RADS分级。一般来说，1-3级多为良性，4级以上则怀疑有恶性风险。当报告标示为4级或以上，应及时向专科医生就诊。一些特别情况下，例如备孕或是3级肿块在进行性增大，也需及时咨询专科医生，结合其他影像学检查综合考虑。

钼靶、乳腺的影像学方法主要包括彩超、钼靶(乳腺X线)和核磁共振(MRI)。乳腺超声有相应的科学标准。王坤建议，40岁以下的女性应以彩超为主，每年一次；超过40岁的女性建议彩超结合钼靶，每年一次；对于有乳腺癌家族史的患者，建议35岁以上每年一次钼靶检查，以提高乳腺癌的早期发现率。

如果三者结果不一致怎么办？王坤表示，这是因为不同检查针对的重点不同，各有特长，乳腺专科医院会通过多模态融合系统，将彩超、钼靶及核磁的结果融合在一起，根据现代医学诊断技术，来作出专业判断。



王坤



肺癌术后咳嗽频发 驱外邪更要扶正气

羊城晚报记者 林清满 通讯员 沈中

医案

黄女士，43岁，肺癌术后反复咳嗽

黄女士今年43岁，体质一向比较虚弱。2016年7月，偶然体检发现肺部肿瘤，确诊为肺癌后进行了手术。经过系统治疗，黄女士除了间断有咳嗽，身体整体趋于稳定。此后黄女士又开始忙个不停，结果咳嗽越发频繁，伴有咳嗽，时常胸闷不舒、腰酸背痛，经常觉得不气，有时觉得胸膈、睡眠也不好，整个身体状态又开始走下坡路。于是在朋友推荐下来到德叔门诊寻求中医药治疗。

德叔解密

脾胃肾俱虚，外邪易侵袭

中医认为，手术治疗不仅伤有形之“血肉筋骨受病”，同时耗损了无形之精气。耗气动血，导致肺脏“血亏气虚，易受外邪侵袭”。

肺被称为“娇脏”，稍感外邪便首先“中招”。一旦外邪干扰，导致肺气宣发降功能失常，气不下而上，便发为咳嗽。脾胃为气血生化之源，术后正气不足则导致脾胃不和、脾失健运，一方面引起体内水液运化失常，内生痰浊，便出现咳嗽；另一方面导致脏腑气血失于滋养，而出现周身乏力、不够气等。因此，治疗上德叔祛邪与补虚同步进行，止咳化痰的同时鼓舞正气，补虚助功驱、驱邪不伤正。服药1周后，黄女士咳嗽、咳痰等症状明显缓解。后在门诊坚持中医药调治，至今5年多已很少咳嗽咳痰。

何兴祥：

让胃癌筛查“不浪费、不漏诊”

广东药科大学附属第一医院党委书记、消化内科首席专家

胃癌早筛，这些人要注意

全民进行胃癌筛查很难实现，因此中国早期胃癌筛查流程专家共识意见是大于等于40岁，且符合下列任一条件者为胃癌筛查目标人群：(1)胃癌高发地区人群；(2)Hp感染者；(3)既往患有慢性萎缩性胃炎、胃溃疡、胃息肉、手术后残胃、肥厚性胃炎、恶性贫血等胃癌前疾病；(4)胃癌患者一级亲属；(5)存在胃癌其他危险因素(如摄入高盐、腌制饮食、吸烟、重度饮酒)。

广东药科大学附属第一医院曾对全省粤东、粤西及粤北地区的96个乡镇进行了问卷调查，血液学筛查、精查胃镜与病理检查，然后基于大数据挖掘与智能信息开发了阶梯式智能化早期胃癌筛查互联网软件，即“基于问答式的胃功能预测系统”和“整合问卷与血清标志物的胃癌病理预测”，做到“不浪费、不漏诊”，即问卷筛查

预防保健

扶正治本抵邪气，肺康复训练不可少

德叔表示，肺癌其根本是正虚邪实，黄女士实施肺癌切除术后又进一步耗损，使机体正气衰弱，术后扶正为要。中痰强润“培土生金”，即脾胃旺方可补肺。饮食方面，应以补气调肺为主，可选择党参、太子参、五指毛桃、陈皮、白术、山药等，搭配鸡肉、鲫鱼、鲤鱼、牛肉等补中益气肉类食物作药膳，提高机体正气。同时要配合传统功法，引导动静结合、身心俱练的肺康复训练如八段锦、太极拳等，外动以健身，静心以调息养心。若平时受风寒出现咳嗽，可用姜片捣烂热突穴，以温肺散寒止咳。具体可将姜片贴入锅中炒热，待温后，姜片捣烂突穴，约3-5分钟。

德叔养生药膳房

茴香炖猪肺

材料：猪肺400克，茴香15克，党参20克，陈皮3克，麻油50克，生姜2-3片，料酒适量。
功效：补肺降浊，化痰止咳。
烹制方法：将猪肺洗净，猪肺切块，放入沸水中焯水备用；上述食材一起放入炖盅，加清水约1000毫升(约5碗水)，隔水炖约2小时，加入适量精盐调味即可，此为2-3人份。

李文瑜：

依赖“百万抗癌神针”，不如早筛早诊早治

广东省人民医院淋巴瘤科主任、淋巴瘤科科学带头人

早期识别，提高治愈率

目前，淋巴瘤的发病高峰年龄仍以五六十岁为主。但由于在 many 亚型中，同时存在在20岁左右和70岁左右的发病高峰，因此年轻患者较其他肿瘤更早。目前，中国的淋巴瘤发病率仍以年增长5%的速度攀升，可以预见，未来将成为相对高发恶性肿瘤，年轻患者的比例也会比其他肿瘤略高。不过，淋巴瘤可通过早期识别尽早治疗，而提高治愈的可能性。

如何早期识别？“两侧不对称的淋巴结肿大，有过肿大患者且已摸出包块，”李文瑜表示，浅表淋巴结往往位于颈部、腋窝、腹股沟等，可自己摸出来。此时应依赖“百万神针”，我们希望早期发现肿瘤，尽早防治。”

胃镜怎么选？听专业意见

有不少人对胃镜有恐惧心理。对于耐受性差的人群可以选择无痛胃镜，检查前麻醉师会通过静脉给予适当的麻醉，患者在睡眠状态下完成检查，不会产生任何不适，在检查结束后3-5分钟即可苏醒。很多患者在清醒后表示睡得非常好，甚至不知道检查开始和结束了。

有些检查机构推出了胶囊胃镜，其优点在于无痛无创，不需要麻醉。缺点包括：价格高，大约是普通胃镜的好几倍；在发现病灶后不能进行活检，没办法明确病灶性质；没办法发现胃腔内有小结节，有些褶皱处无法观察到；磁控胶囊内镜需要医生在体外实时操控，还会受到胃肠动力影响。所以胶囊胃镜检查是不能替代传统胃镜检查的。

淋巴瘤

淋巴瘤有上百种亚型，每个亚型的治理方式不尽相同。“淋巴瘤的治疗，往往是走在整个恶性肿瘤治疗的前沿。目前，除了化疗，还有靶向治疗、免疫治疗、细胞治疗，根据不同的分期和患者综合状况，确定个体化治疗方案。”李文瑜介绍，例如目前最热的CAR-T细胞疗法，在临床统计中，有30%-40%的淋巴瘤可以根治。

“但这种技术应用非常严格的适应症，目前国内首先批准的适应症是弥漫大B细胞淋巴瘤。此外放疗时机一般必须已进行过两线治疗，到第三线治疗后才可应用。”李文瑜提醒，淋巴瘤预后与肿瘤分期密切相关，很多淋巴瘤是可以根治的，早期早诊早治，花费更少，效果更好。同样的治疗方法，早期与晚期的长期生存率往往有20%-30%的差别。

治疗方法多且新，需“对症下药”

淋巴瘤有上百种亚型，每个亚型的治理方式不尽相同。“淋巴瘤的治疗，往往是走在整个恶性肿瘤治疗的前沿。目前，除了化疗，还有靶向治疗、免疫治疗、细胞治疗，根据不同的分期和患者综合状况，确定个体化治疗方案。”李文瑜介绍，例如目前最热的CAR-T细胞疗法，在临床统计中，有30%-40%的淋巴瘤可以根治。



扫码观看专家视频科普

汪建平 王坤 何兴祥 杨浩贤 李文瑜 郭浩贤

肺结节可怕吗？肺癌无需恐慌

杨浩贤 中山大学肿瘤防治中心胸科主任医师 博士生导师

爱的起源——全球首个肠癌粪便基因检查技术发明的由来

郭鸿志 受访者供图

David Ahlquist 治疗的一个女性患者因晚期结肠癌而去世，这位患者的丈夫 Charles Oswald 是一位成功的企业家。这位企业家出于对妻子的爱和社会责任，先后两个阶段共计捐赠了600万美元给帕德医学中心，作为肠癌基因检测技术开发的专项经费，并共同研发“Find something useful(找到老有用的东西)”。

前列腺癌

黄健：

前列腺癌PSA筛查，让你不再谈“癌”色变

中华医学会泌尿外科学分会主任委员 中山大学孙逸仙纪念医院泌尿外科主任

前列腺癌已经成为近年来我国发病率增速最快、死亡率持续快速增长的男性恶性肿瘤，严重影响我国男性健康。中华医学会泌尿外科学分会主任委员、中山大学孙逸仙纪念医院泌尿外科主任黄健教授表示，50岁以上的男性需每年做一次PSA筛查，可提前7年时间发现前列腺癌。

前列腺癌，需全程管理的疾病

前列腺癌是一个雄激素依赖的肿瘤，所以目前中晚期的患者都采取了内分泌治疗，这个是基础治疗。当然，如果患者的基因检测发现有基因突变，在治疗中加上靶向治疗，此类前列腺癌患者会达到更好的治疗效果，从而获得更长的生存期。”黄健指出，“得了前列腺癌一定要规范治疗，要把它当作一个慢性病来治疗，既然是慢性病，就要坚持治疗，并且定期到院随访，比如定期监测PSA以及用药效果。”

PSA筛查，提前7-10年发现前列腺癌

据2020年最新的数据统计，前列腺癌的死亡率在男性恶性肿瘤中排第6位，我国每年有6万人因前列腺癌死亡。近年来，我国前列腺癌发病率不断上升，近2/3患者被发现时已是中晚期。

前列腺癌比较隐匿，早期发现最主要还是依靠PSA筛查。黄健表示，目前全球均以PSA筛查作为前列腺癌筛查的主要手段。因此，建议50岁以上的男性人群每年做一次PSA筛查。

融合穿刺，精准诊断

当PSA指标异常，被高度怀疑前列腺癌的时候，通常专家都会建议做一个穿刺活检来确诊。但这个检查仍有一定的创伤，不少人还会担心这一操作会引起肿瘤的转移，因而顾虑重重。

融合穿刺，精准诊断

“值得一提的是，目前穿刺技术越来越好，比如我们就比较主张融合穿刺，就是把MRI的图像和B超的图像融合在一起，找到结节，直接对准结节来穿刺。它对于前列腺癌的准确诊断有着重要的意义。”黄健介绍道。

融合穿刺，精准诊断

当PSA指标异常，被高度怀疑前列腺癌的时候，通常专家都会建议做一个穿刺活检来确诊。但这个检查仍有一定的创伤，不少人还会担心这一操作会引起肿瘤的转移，因而顾虑重重。

融合穿刺，精准诊断

“值得一提的是，目前穿刺技术越来越好，比如我们就比较主张融合穿刺，就是把MRI的图像和B超的图像融合在一起，找到结节，直接对准结节来穿刺。它对于前列腺癌的准确诊断有着重要的意义。”黄健介绍道。

融合穿刺，精准诊断

“值得一提的是，目前穿刺技术越来越好，比如我们就比较主张融合穿刺，就是把MRI的图像和B超的图像融合在一起，找到结节，直接对准结节来穿刺。它对于前列腺癌的准确诊断有着重要的意义。”黄健介绍道。

融合穿刺，精准诊断

“值得一提的是，目前穿刺技术越来越好，比如我们就比较主张融合穿刺，就是把MRI的图像和B超的图像融合在一起，找到结节，直接对准结节来穿刺。它对于前列腺癌的准确诊断有着重要的意义。”黄健介绍道。

结直肠癌

汪建平：

早筛对结直肠癌防控起重要作用

中山大学附属第六医院终身荣誉院长、前海人寿广州总医院名誉院长 中华医学会外科学分会结直肠肛门外科学组名誉组长

那时候就想把这个学科建设起来，做出全国有影响的学科。”于是，他便一头扎进结直肠癌外科领域，直至退休。

2007年，中山六院正式成立，汪建平教授任首任院长。在他的带领下，中山六院很快成为国内胃肠专科医院龙头。其中，胃肠肛门外科更是国内一流特色专科，直肠癌保肛术、保护性功能居全国领先水平，直肠癌保肛率近90%。

“中山六院的院训是‘守真’，就是以真诚的科学态度去追求真理，把结直肠肛门专业做到精益求精，达到专业化，但想越来越做实辛苦，但还好早发现、早诊断、早治疗成为结直肠癌防控工作的重中之重。”

结直肠癌防控关口需要前移

数据显示，近年来结直肠癌的发病率、死亡率均较过去有明显提升，但结直肠癌诊疗领域也在不断进步。

结直肠癌防控关口需要前移

“值得一提的是，目前穿刺技术越来越好，比如我们就比较主张融合穿刺，就是把MRI的图像和B超的图像融合在一起，找到结节，直接对准结节来穿刺。它对于前列腺癌的准确诊断有着重要的意义。”黄健介绍道。

结直肠癌防控关口需要前移

“值得一提的是，目前穿刺技术越来越好，比如我们就比较主张融合穿刺，就是把MRI的图像和B超的图像融合在一起，找到结节，直接对准结节来穿刺。它对于前列腺癌的准确诊断有着重要的意义。”黄健介绍道。

结直肠癌防控关口需要前移

“值得一提的是，目前穿刺技术越来越好，比如我们就比较主张融合穿刺，就是把MRI的图像和B超的图像融合在一起，找到结节，直接对准结节来穿刺。它对于前列腺癌的准确诊断有着重要的意义。”黄健介绍道。

结直肠癌防控关口需要前移

“值得一提的是，目前穿刺技术越来越好，比如我们就比较主张融合穿刺，就是把MRI的图像和B超的图像融合在一起，找到结节，直接对准结节来穿刺。它对于前列腺癌的准确诊断有着重要的意义。”黄健介绍道。

结直肠癌防控关口需要前移

“值得一提的是，目前穿刺技术越来越好，比如我们就比较主张融合穿刺，就是把MRI的图像和B超的图像融合在一起，找到结节，直接对准结节来穿刺。它对于前列腺癌的准确诊断有着重要的意义。”黄健介绍道。

结直肠癌防控关口需要前移

“值得一提的是，目前穿刺技术越来越好，比如我们就比较主张融合穿刺，就是把MRI的图像和B超的图像融合在一起，找到结节，直接对准结节来穿刺。它对于前列腺癌的准确诊断有着重要的意义。”黄健介绍道。

结直肠癌防控关口需要前移

“值得一提的是，目前穿刺技术越来越好，比如我们就比较主张融合穿刺，就是把MRI的图像和B超的图像融合在一起，找到结节，直接对准结节来穿刺。它对于前列腺癌的准确诊断有着重要的意义。”黄健介绍道。

结直肠癌防控关口需要前移

“值得一提的是，目前穿刺技术越来越好，比如我们就比较主张融合穿刺，就是把MRI的图像和B超的图像融合在一起，找到结节，直接对准结节来穿刺。它对于前列腺癌的准确诊断有着重要的意义。”黄健介绍道。

结直肠癌防控关口需要前移

“值得一提的是，目前穿刺技术越来越好，比如我们就比较主张融合穿刺，就是把MRI的图像和B超的图像融合在一起，找到结节，直接对准结节来穿刺。它对于前列腺癌的准确诊断有着重要的意义。”黄健介绍道。

结直肠癌防控关口需要前移

“值得一提的是，目前穿刺技术越来越好，比如我们就比较主张融合穿刺，就是把MRI的图像和B超的图像融合在一起，找到结节，直接对准结节来穿刺。它对于前列腺癌的准确诊断有着重要的意义。”黄健介绍道。

结直肠癌防控关口需要前移

“值得一提的是，目前穿刺技术越来越好，比如我们就比较主张融合穿刺，就是把MRI的图像和B超的图像融合在一起，找到结节，直接对准结节来穿刺。它对于前列腺癌的准确诊断有着重要的意义。”黄健介绍道。

文/张豪