

# 惊! 昨天发现两例大肠癌, 一例已扩散至肝脏

## 便血、肛门疼痛、便秘、肿物脱出是肠癌的高危症状

### 本报提醒: 别再拖了, 赶紧报名参加2018大肠癌免费筛查, 报名电话87503333

“2018大肠癌免费筛查”已经进行了半个多月, 每天参检市民近百人, 其中不乏重症肛肠病患者, 但就在昨天, 竟然筛查出两例肿瘤病例, 一名患者年龄只有30岁。针对大肠癌高发这一现状, 作为郑州市十大民生工程的大肠癌免费筛查, 在我市已经连续开展了两年。本报在此呼吁市民, 如出现肛肠不适症状, 一定要早检查早确诊。 蒋晓蕾



#### 专家推荐

刘佃温 主任医师, 教授, 硕士生导师。郑州丰益肛肠医院特聘专家, 中华中医药学会肛肠分会副会长, 河南省医疗事故鉴定委员会委员, 曾获“全国中医肛肠学科名专家”“郑州市五一劳动奖章”等荣誉。

#### 警惕! 大肠肿瘤有6个高危症状

采访中刘佃温教授提醒, 大肠癌是结直肠癌的总称, 一般来说, 从肠黏膜增生到腺瘤病变需要5~10年, 且早期症状并不明显。因此患者如有以下早期症状, 需要格外警惕。

**排便习惯改变:** 比如之前排便很规律, 但最近拉肚子或便秘的情况十分频繁。

**长期便秘:** 常表现为大便困难或粪便变细, 且一次不能完全排尽, 感觉想排又

排不干净。

**腹泻:** 常常水性粪便中还混杂着血液, 排便后还有粪便残留的感觉。

**肛门疼痛或瘙痒:** 可能是肿瘤细胞刺激神经末梢所引起的症状。

**肛门肿物脱出:** 指肛缘有肿物隆起或直肠内肿物脱出肛门。

**大便带血:** 大肠癌早期的首要症状, 常表现为大便表面带血, 颜色鲜红或暗红。

#### 疑惑! 这项检查免费, 却还是有人不愿做

肛门指诊和肛肠镜检查, 是体检中最容易被弃检的两个项目。刘佃温教授强调, 正因为如此, 很多患者将痔疮和直肠癌初期的症状混淆, 进而耽误了治疗时机。

刘佃温教授表示, 很多市民检查前,

都简单地认为自己患的是痔疮或者便秘, 丝毫没有意识到问题的严重性, 检查结果出来后, 才后悔万分。这种情况在临床上占三成以上。所以有了肛门不适症状, 一定要早检查、早确诊。

#### 提醒! 40岁后应每年做一次肛肠检查

数据显示, 结直肠癌已经成为我国继胃癌、肺癌后的第三大恶性肿瘤, 但大多数老百姓并不重视, 很多患者被确诊时已经到了晚期。而手术不仅给病人带来痛苦, 也给家庭和社会带来负担。为此, 2016年、2017年郑州市连续两年将结直肠癌筛查纳入“十大民生实事”。

为让更多人受益, 郑州丰益肛肠医院从本月开始启动2018大肠癌免费筛查活动。医院相关负责人表示, 40岁以上郑州户籍人口或常住居民, 自愿参加并能接受检查者均可参与。专家建议, 40岁以上人群应每年做一次肛肠常规检查。

#### ■ 有此一说

#### 宝宝趴着睡 智力发育快

据《中国妇女报》报道, 《小儿科医学》期刊报告显示, 研究人员对350个健康宝宝进行睡姿研究, 发现趴着睡的宝宝智力发育较快。

可是, 对于年龄较小的宝宝, 趴着睡会有窒息的危险。那么, 到底要让宝宝怎么睡, 才能既聪明又不会突然窒息呢?

研究人员建议, 晚上睡觉时, 最好让宝宝们躺着睡。白天午睡或有大人照顾时, 再把睡姿调整成趴着睡的状态。

从医学角度来看, 宝宝出生前在宫内保持蜷曲, 这是一种自我保护的姿态。趴卧姿势给宝宝的感觉比较安全, 同时, 对他颈部、胸部、背部的肌肉群发育也有好处。

#### 调查显示: 多数人抽一根烟就成烟民

英国伦敦玛丽女王大学一项调查显示, 超过三分之二的人只是抽了一支烟, 就成为每天吸烟的烟民。

研究人员从“全球健康数据交换库”提取8项调查的数据加以荟萃分析, 涉及2000年至2016年间接受调查的21.5万人。分析结果显示, 英国、美国、澳大利亚和新西兰的调查对象中, 60.3%尝试过吸烟。据估算, 这些人中约68.9%发展成每天吸烟的“烟民”。 乔颖

#### 惊叹! “咋说都不听, 早点检查该多好”

据悉, 来自原阳的陈先生今年30岁, 在某通讯公司任部门主管, 半年来一直有便血问题, 而且有便不尽感, 陈先生一直也没当回事, 以为是应酬多、喝酒多的缘故。最近一个月, 便血愈加严重, 这才在家人三番五次的催促下来到医院, 经过郑州丰益肛肠医院刘佃温教授的检查会诊, 确诊为直肠癌。这个

消息对于陈先生及其家人来说无异于晴天霹雳。陈先生的爱人失声痛哭地埋怨: “早让你来检查, 就是不听, 这可咋办……”

另外一名肠癌患者是65岁的毛先生, 便秘多年, 偶有便血, 一直认为是大便干所致, 这次检查, 情况不容乐观, 已经扩散到肝脏。

## 现在的孩子为什么抵抗力这么差? 原因多在家长

受访专家: 河南中医药大学一附院儿科医生、著名育儿专家黄姓

大部分父母带孩子去医院, 都会看到这样的景象: 等待就诊的患儿家长将门口围得水泄不通, 有的凌晨三四点就来排号。曾经, 黄姓坐半天诊, 就看了100多个小患者, 一直到晚上10点。“不是心疼这些孩子, 能这么拼命吗?” 黄姓说, 作为一名儿科医生, 面对每日潮水般的患儿, 他开始想, 现在的孩子怎么啦? 为什么抵抗力这么差。“经过长期的临床观察, 发现诸多孩子生病的原因, 有社会大环境的因素, 也有儿科医生的不当之处, 但更多的原因, 是在家长。”黄姓不客气地说。本文将黄姓老师的育儿知识梳理出来, 希望让更多人早日认识到育儿误区。 郑报融媒记者 雷群芳



#### 误区1 母乳喂养妈妈就需大补

如今, 只要妈妈们一开始母乳喂养, 就开始进入大补模式, 今天猪蹄汤明天排骨汤。这样让宝宝根本消化不了。

那如何保证母乳量呢? 按需哺乳是母乳喂养成功简单的好方法, 既不纠结哺乳的次数, 也不纠结两次哺乳之间的时间和每次哺乳的量, 宝宝想吃就喂, 通过频繁吸吮, 及时排空乳汁, 不仅缓解胀奶, 也促进乳汁分泌。

#### 误区2 增强体质就要多吃肉

家长们为了不让孩子输在起跑线, 听说什么有营养, 花多少钱也舍得, 医生也建议孩子多吃肉蛋奶。可为什么现在孩子体质越来越差? 在黄姓看来, 这其实是个误区。专家早有研究, 肉食动物的牙齿

都很尖锐, 而草食动物的牙齿却较平齐, 人类本身就属于草食动物。

“现代城市里的孩子, 就像温室里的花朵, 弱不禁风, 他需要的不是补充多少营养, 而是大自然的阳光雨露, 需要运动!” 黄姓说, 人一运动, 筋骨松开、肌肉松懈、脾胃运化, 营养才能吸收, 运动就等于松土。他认为, 多吃青菜五谷粗粮才有益人体健康, 每周给孩子吃两到三次肉蛋奶就足够了。

#### 误区3 补充维生素多吃水果

适量吃水果确实有益健康, 但过量则相反。水果含糖量较高, 吃多易使宝宝产生饱腹感, 影响正餐摄取营养。而且水果生湿伤脾, 脾胃虚寒者不宜多吃。而一方

水土养一方人, 最好是本地人吃本地应季水果。

#### 误区4 果汁饮料也能当水喝

不管是板蓝根, 还是夏桑菊, 是药就有三分毒, 而且伤脾, 更让孩子嘴刁不喝白开水。而饮料在黄姓眼里更是没有一点好处。

为什么喝饮料的孩子体格发育呈两极分化, 要么消瘦, 要么肥胖。原因是饮料中的糖含量过高, 对于食欲不振的孩子, 糖的摄入过多影响控制饥饿与饱食的中枢, 食欲不佳, 长期下去, 必然造成蛋白质、维生素、矿物质、微量元素摄入不足, 影响身体发育。