

《2017河南省肿瘤登记年报》数据显示:结直肠癌死亡率排名第五

# 好消息!郑州市民可报名免费筛查大肠癌

便血、肛门疼痛、肿物及大便异常等结直肠癌高危症状患者,均可拨打“大肠癌免费筛查”热线:87503333,申请超导光肛肠镜免费检查(每天仅限15个名额)

《2017河南省肿瘤登记年报》统计显示,我省每年肿瘤发病人数为25万~27万人,每年因癌症死亡人数在15万人左右。其中,在高死亡率恶性肿瘤中,结直肠癌赫然上榜,排名第五位。央视《新闻直播间》也对此进行了详细报道,报道内容显示,近年来,结直肠癌是增长最快的消化系统恶性肿瘤,已成为我国最为常见的第三大肿瘤。郑州丰益肛肠医院特邀专家刘佃温教授表示,结直肠癌是可防治之癌,早期5年生存率可达90%,之所以死亡率这么高,与结直肠癌的高误诊率有极大关系。蒋晓蕾

## 结直肠肿瘤的早期症状



因此被忽视。

刘佃温教授表示,近日接诊了一名长达10年便血病史的65岁女性患者,一直以为是痔疮,始终没有就诊。近两个月,患者发现便血及腹部疼痛症状越来越严重。在家人劝说下,到医院做了肠镜检查,却发现肠子里有两处长了东西,经检查确诊为结直肠癌合并右半结肠癌。

解决

推进大肠癌早筛查 惠及百姓

“早期大肠癌的治疗费用少,5年生存率可达90%,晚期则不足10%,且病人和家庭要承受经济及情感上的巨大痛苦。这是我们必须要帮老百姓算清的账,切实推行大肠癌免费筛查造福于民、惠及百姓。”刘佃温教授说。

自2016年,郑州市政府将“大肠癌筛查”列入“民生十件实事”。为让更多人获益,本报联合郑州丰益肛肠医院开启了大肠癌免费筛查工作。2018年,这一免费筛查工作进一步开展。为把大肠癌早筛查及早诊治计划落到实处,市民只需拨打健康热线即可申请免费筛查。

电话预约

肛肠疑难病因免费检查

一直以来,大肠肿瘤的诊断在我国

误诊率极高,一旦发现也往往是中晚期。究其原因,首先是因为患者对自身健康状况关注不够,且肛门长疙瘩、便血、排便习惯改变等一些早期症状表现不明显,常被人忽略。其次,大多数患者曾经在非专业肛肠医疗机构就诊,因此没有进行必要的检查,如电子肠镜、电子肛门镜等。

郑州丰益肛肠医院自引进超导光肛肠镜并投入临床以来,以“看”为特色的精准检查,引起了业界高度关注,更有不少久治不愈疑难病患者慕名前来查病因。刘佃温教授表示,超导光电子肛肠镜可将肛肠内部深层病灶进行实时采集并显示,患者现场即可看到结果,且整个过程仅三五分钟,也没有痛苦与不适感。

哪些症状需及时做超导光肛肠镜检查?

- 肛门长疙瘩、异物脱出者;
- 便血、便痛者;
- 肛门或肛周疼痛、瘙痒者;
- 腹泻、便秘、大便不成形者;
- 肛周肿块或直肠有异物感者;
- 肛门坠胀、排便不净者;
- 肛门流黏液或血水者;
- 排便习惯改变、便条变细者;
- 肛肠病久治不愈者。

数字

大肠癌筛查结果不容乐观 发病趋势严峻

近日,记者从“大肠癌(结、直肠癌总称)免费筛查”活动现场了解到,在近3个月的防癌筛查中,4000多名市民参与筛查,结直肠恶性肿瘤有53例,中晚期占绝大部分,其中35岁以上人群是恶性肿瘤的高发年龄段。

刘佃温教授特别强调,结直肠病变自然病史可达5~10年,早期治愈率也极高,若在癌前病变阶段查出,可实现早发现、早诊治,

治愈率及生存率将得到大大提高。

分析

症状雷同易混淆 结直肠癌成“误诊之王”

数据显示,直肠癌早期误诊率高达90%,因惊人的误诊率,被称为恶性肿瘤“误诊之王”,且最易与痔疮出血、息肉出血等疾病相混淆。因便血这一相似症状,多数患者检查到“痔”就不再做进一步治疗,直肠内发生的癌前病变,如息肉、溃疡等也

## 不打网球也会得“网球肘”? 这是真的

最近一段时间,42岁的郑女士经常感觉右手肘关节隐隐作痛,右手不能提重物,有时连拧毛巾都感觉疼痛不已,贴了两三盒膏药也没见效。她是个会计,长时间面对电脑敲键盘,昨天上午,实在疼痛难忍的她来到医院,被诊断为“网球肘”。专家表示,“网球肘”并非网球运动员的“专利”,只要肘关节活动过多者,像打羽毛球、乒乓球、使用鼠标、拖地、常抱孩子的人群都易患此病。40至60岁为高发人群,该病易反复发作,疼痛难忍,顽固难治,应引起重视。记者 蒋晓蕾



### 过度活动肘关节 小心留下病根

“网球肘”也称肱骨外上髁炎,是骨科软组织损伤中的一种常见病,因肘、腕关节长期劳损或者用力过久,使前臂伸肌总腱在肱骨外上髁附着点处,出现小的撕裂、扭伤而产生的慢性无菌性炎症。

该病的易发人群除网球、羽毛球等运动员外,砖瓦工、木工、理发师及从事机械修理、操作电脑、手工洗衣、家庭主妇等肘关节活动多的群体都是该病的好发人群,长期操作电脑的郑女士会得“网球肘”,也就不难理解了。

河南省直第三人民医院功能科李晓燕大夫说,网球肘是过劳性综合征的典型例子。患者用力握物、握锹、提壶、拧毛巾、打毛衣等运动都会引起剧烈疼痛,严重者可见前臂肌肉紧张,肘关节不能完全伸直,肘或腕关节僵硬或活动受限。早期出现肘关节外上方活动后疼痛或酸胀不适时就应该引起重视,必要时到医院诊断。如不重视,继续过度活动肘关节,严重的情况下可出现肘关节活动障碍,甚至需要手术治疗。

### 是否患上“网球肘” 三个方法可以自测

那么怎么知道自己得的就是“网球肘”呢?李晓燕表示,通过以下几个简单的自测方法就可大致判断是否患上了“网球肘”:一是翘指法,将右手(以右手操作为主者)手掌向下按在地上,用左手手掌压在右手的指尖上,然后努力让右手的手指向上翘,如果发现右肘部外侧有疼痛的话,十有八九就是患上了“网球肘”;二是“咖啡”法,如果端起一杯咖啡的时候,肘部外侧有不适或疼痛的话,也可能是“网球肘”在作怪;三是执筷法,用筷子去夹一个稍重的物体,如肘部外侧有不适或疼痛的话,也可能患上了“网球肘”。

### 疼痛难忍怎么缓解 这几招你要知道

对于患上了“网球肘”的患者,可以保守治疗减轻疼痛。因为症状发生之初为急性期,前24小时内要冰敷,发生48小时后可考虑热敷,要立即停止会引发疼痛的姿势及工作;对于轻度和中度的“网球肘”病人,阿司匹林或布洛芬将帮助消炎镇痛,然后做一些辅助功能恢复练习,并对患处按摩,将有助于加快恢复治愈。

另外,手指锻炼也能帮助促进肘部肌肉恢复。用手指套橡皮筋,手指分开,撑开橡皮筋,然后慢慢回收,每组做10次,重复4组。

### ■前沿资讯

#### 缺觉易致未成年人肥胖

缺觉让人精神萎靡。英国一项研究显示,缺觉还导致未成年人肥胖概率增加58%。

沃里克大学研究人员整合过去42项实验结果,试图弄清未成年人缺觉与肥胖之间的因果关系。这42项实验涉及75499名年龄不满18岁的未成年人,他们的平均随访时间为3年。研究人员借助问卷或可穿戴设备了解研究对象的身高体重指数,结果发现,所有缺觉的研究对象体重增加均高于同龄不缺觉者,他们体重超标或肥胖的概率平均比不缺觉者高58%。

研究人员在美国《睡眠》月刊上发表论文说,他们依照美国全国睡眠基金会发布的不同年龄段睡眠指导时间把研究对象分成缺觉组和正常组,结果发现,4~11个月大的婴幼儿每晚睡眠不足12小时,肥胖风险提升40%;3~5岁儿童每晚睡眠不足10小时,肥胖风险增加57%;6~13岁孩子睡眠不足9小时,肥胖风险增加123%;14~17岁少年睡眠不足8小时,肥胖风险增加30%。

英国《泰晤士报》援引研究牵头人米歇尔·米勒博士的话报道,研究结果显示所有年龄段未成年人缺觉与肥胖之间的一致性关联,同时表明,“缺觉是导致肥胖的重要危险因素”。新华