

结直肠癌免费筛查再入2018年郑州十件重点民生实事

市民追问:结直肠癌免费筛查到底去哪儿做?

肛门出血、长疙瘩、疼痛、大便异常等是结直肠癌高危症状
拨打87503333可申请免费筛查

4月23日,郑州市政府正式公布2018年郑州市十件重点民生实事。其中,结直肠癌免费筛查再次入选,这也是自2016年后的第三次入选。不少市民听说后都提出了疑问:结直肠癌免费筛查到底去哪儿做?笔者为此进行了走访。蒋晓蕾

市民追问:
免费筛查究竟去哪儿做?

据笔者了解,自2016年郑州市政府将“结直肠癌筛查”列入民生十件实事后,郑州丰益肛肠医院便开展了“大肠癌(结直肠癌总称)免费筛查”公益普查活动。今年,为让更多市民受益,2018年免费筛查工作将进一步扩大开展。

提起结直肠癌免费筛查,43岁的徐先生是切身受益者。两年前,他就开始有便血、肛门口总感觉有东西脱出及肛门疼痛等情况,总也好不了。在郑州丰益肛肠医院接受筛查后,被查出肠息肉合并重度环状混合痔。

“肠息肉是一种公认的癌前期病变,尤其是腺瘤性结肠息肉,癌变率更高。”徐先生说,“现在想想还是后怕,要不是筛查发现得早,及时实施了切除手术,后果真不敢想。”

筛查数据:
2年6万余人受益免费筛查

“对于筛查结果为阴性的高危人群,主要是提醒健康的生活方式,并定期进行体检;而被确诊的患者,由于均处于癌症早期,可及早进行手术治疗,并能很快恢复正常生活。”刘佃温教授介绍,自2016年启动免费筛查项目以来,两年里共计有6.7万余人接受了免费筛查,检查出癌前病变数百例,确诊结直肠癌20余例。让很多平时未发现疾病的人,及早发现了疾病并治疗。

“早期结直肠癌的治疗费用少,5年生存率可达90%以上,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。”刘佃温教授说,“这是我们必须帮老百姓算清的账,切实推行结直肠癌免费筛查造福于民、惠及百姓。”

筛选现场:市民“钟情”电子肛肠镜检查

“这两年来,隔三差五就便血,有时疼有时不疼,总怀疑自己是不是得了肠癌,后来听邻居说,嵩山路上有家丰益肛肠医院可以免费筛查,检查过程中还能自己‘看’病,就去试试了。我竟然亲眼看见自己肛门内长了肉疙瘩,幸好只是肠息肉,不是癌,赶紧让专家帮我切了,太吓人了!”

“超导光电子肛肠镜是目前国际上检查肛肠疾病的简单科学设备。”刘佃温教授称,该设备是以“看”为特色的精准检查,可将肛肠内部深层病灶进行实时采集、显示,并将病灶部位清晰放大,且医患双方均能通过电脑实时观察肠道内的病变,整个过程仅三五分钟,也没有痛苦与不适感。

■ 特别提醒

结直肠癌六大高危症状莫轻视

刘佃温教授提醒,结直肠癌早期症状并不明显,80%的结直肠癌患者就诊时已是中晚期。因此有以下症状,需要格外警惕:

1. 排便习惯。如之前排便很规律,最近拉肚子或便秘的情况十分频繁。
2. 便秘。大便困难或粪便变细,且一次不能排净。

3. 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。

4. 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。

5. 肛门肿物脱出。肛缘有肿物隆起或直肠内肿物脱出。

6. 便血。大便表面带血,颜色鲜红或暗红。

■ 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”“河南省优秀青年科技专家”“郑州市五一劳动奖章”等荣誉。

月经不调危害多
关键在于调理

29岁的患者最近比较烦心,年纪轻轻的她近一年来月经周期很不规律,想着自己这么年轻,只要休息休息就好了。然而事与愿违,体质越来越差,还经常失眠、多梦,意识到问题的严重性后,找到周五上午在河医立交桥东100米路北的张仲景国医馆河医馆,周一上午在心怡路与祥盛街交叉口向南50米路东的张仲景国医馆心怡馆坐诊的教授、主任中医师、硕士生导师、河南中医药大学第三附属医院专家、张仲景国医馆特聘专家谢文英问诊。

谢文英详细了解后:发现患者月经量少、色淡一年半,月经周期不规律,从30天一行至40天、50天不等,面色暗、胃口一般,平素情绪不佳、睡眠差,大小便正常。舌质淡,舌胖大,苔白稍厚,脉沉细

弱。经一番望闻问切后,谢文英综合诊断为:心脾两虚,神不安宅,应以养心健脾、养心安神为主要治疗原则,随后开具处方:归脾汤加减,15服,水煎服,每日一服,早晚分服。

复诊:月经至,较上月量增多,但仍睡眠差,效不更方,15服,水煎服,每日一服,早晚分服,后随访,月经周期稳定,量可。

谢文英称:月经不调是女性常见的妇科疾病,具体表现为量过多或过少、月经来潮时间不准等。有些女性认为月经不调,不算病,或者生过小孩就好了,其实事实并非如此,长期月经不调危害较多,如面部色斑、失血性贫血,更甚者会导致不孕,故而提醒女性朋友,月经不调需及时治疗,以避免疾病危害的发生。

宗景

书包过重,弯腰低头做功课时间越来越长……

脊柱侧弯不? 花一分钟来自查下

脊柱疾病正呈现逐年增多并逐渐年轻化的趋势,对此,专家指出,小学生读书写字姿势不好、书包过重、趴着睡觉等原因,是造成小学生脊柱侧弯的重要原因。家长每年应抽出一分钟时间,给孩子做个脊柱侧弯的检查:看看孩子双肩是否一样高,弯腰后的背部、腰部是否有一侧隆起。如果有以上现象,建议尽快带孩子找专科医生做进一步检查。

记者 蒋晓蕾 通讯员 乔海洋

家长每年可花一分钟的时间,用简单的“六步筛查法”帮孩子检查脊柱。

首先让孩子穿紧身单层上衣或脱掉上衣,光脚自然站立,家长站在孩子背后观察:

第一步:看孩子的双肩是否等高;

第二步:用手摸一摸孩子背部的肩胛骨,有没有一侧肩胛骨向后凸起;

第三步:用手摸一摸孩子背部的肩胛骨,看两块肩胛骨最下端是否等高,接着让孩子弯腰,双手自然下垂;

第四步:触摸并对比孩子的双侧背部是否有隆起、是否对称;

第五步:触摸并对比孩子的双侧腰部是否有隆起、是否对称;

第六步:用中指和食指夹着脊柱突划下来,看是否能划出正常的直线。

河南省直第三人民医院椎间盘诊疗中心主任周红刚特别提醒,这六步中只要有一步发现异常,都应尽快带孩子到医院脊柱专科检查,拍摄X光片进一步确诊,一旦确诊就应该及时、系统地治疗,以免耽搁病情。

■ 健康大百科

有“三高”,喝些谷物浓浆

很多人体检出了“三高”,除了缺乏运动外,贪图美味,追求高脂肪、重精粮、少粗粮的饮食习惯也是“三高”等症高发的根本原因。专家建议,此时应多选粗粮做主食,多喝谷物浓浆。健康吃法的秘诀是:谷物+豆类+坚果。比如冬天可选黑米、黑豆、黑芝麻,再加上核桃粉这种黑色组合,有补肾强身的作

用,口感和营养都相当好。夏天可选择绿豆、薏米、百合、莲子、西米等。对于女孩儿则可以选择大米、红豆、红枣、枸杞,有补血安神的作用。脾胃不好的人群,则可以选择燕麦、小麦、花生、芝麻等组合,有健脾和胃、消食化积的效果。对于更年期女性,则可加些黄豆,有很好的辅助治疗的作用。明文