

名医讲堂

经常有一些没有行医执照的外行人,在生死攸关的健康问题上给大家“指点迷津”,包括目前市面上大行其道的一些中医养生书。常见病中隐藏致命因素,误诊误治带来严重伤害,而错误的健康观点会草菅人命! 名医讲堂不用求人不必排队,零距离接触最权威的医学专家,告诉你最想知道的健康问题和健康理念,轻松避免错误的治疗和保养方法。



慢性咳嗽不是肺的事儿?

大家更关注的是咳嗽,特别是久治不愈的咳嗽会不会是肺癌的表现? 首先,从概率的角度来讲,慢性咳嗽作为肺癌的征兆或者表现,概率相对于其他的慢性疾病还是低的,应该不到百分之一,但是也必须重视它,因为毕竟是肺癌,一旦漏诊,后果是相当严重的。所以需要提醒注意的是常常被人误会的肺癌的“肺外症状”。

肺癌最常见的症状之一确实是咳嗽,一般会在比较早就出现,还包括咳血和痰中带血。如果肿瘤在肺部局部压迫喉返神经,会引起声音嘶哑,说不出话,声音很不清楚,很多人一开始就按嗓子病来处理,吃“金嗓子喉宝”之类的治慢性咽炎、喉炎的药,总不见好,最后发现是肺癌。

还有一些更容易被人忽略的是“肺外症状”,很多肺癌早期的表现似乎与肺部毫无关系。比如说,可能是出现了色素沉着,身上某些部位的斑点突然增加,还有人会出现莫名其妙的皮肤瘙痒,当然还可能伴有乏力、贫血等,这些似乎和肺部没有关系,但实际上却是肺癌的“肺外症状”。有一句诗叫“春江水暖鸭先知”,肺癌也一样,有的时候是不是得了肺癌,是血液先表现出来的。现在查一些血液中的肿瘤标记物来发现癌症就是这个道理。

因为肿瘤的癌细胞本身分泌了一些激素、抗原、酶和一些代谢产物,它们的浓度在短期内迅速地增高,使得远离肺部的其他部位发生异常,这种症状最容易为大家所忽略,甚至包括被某些医生忽略。

二、能从片子上发现的肺癌是不是晚期?

肿瘤的中晚期判断有一个规范标准,总体来说,即使在影像学检查下看到了肿块,但只要是原位的,没有其他的转移,应该不能说是晚期。晚期一般是指局部有淋巴转移,甚至通过血液转移到其他脏器时。

从统计学的角度,如果出现了症状,包括我们说的咳嗽和肺外症状,通过拍片子之类的检查发现肿物的,从概率上讲大约一半已经是晚期了。

所以,现在要求45岁以上的中年人,每年至少有一次健康体检,其中包括X片。对于高发人群来讲,至少半年一次拍片检查。

三、肺癌的高危人群究竟指哪些人?

第一,有家族史。父亲或母亲,爷爷、奶奶有患肺癌的记录。第二就是抽烟,抽烟的指数大于400,就是抽烟的年代数和每天抽烟的支数相乘,比如每天抽20支,抽了20年,指数就是400了,指数大于400就是非常重要的肺癌的高危因素。

四、咳嗽声音改变意味着什么?

咳嗽的声音大小和引起咳嗽的病灶的位置有关。抽烟的人经常会咳嗽,习惯了,一般不去看病,但是一定要注意的是,如果咳嗽的声音、性质突然改变了,变成明显的大声咳嗽,好像是铁管里面发出的金属声,这样的一定要高度警惕,很可能是肺里出现了问题。

另外,有的长期咳嗽的人可能突然痰里带血了,但去医院查,比如胸透、拍片之类的未必发现什么,那样的话,最好认真观察几天,每次都把带血的痰留下来,送到医院检查。可能一次检查的阳性率不高,但要持续检查,一旦发现痰里有癌细胞的话,和病理学的“金标准”一样可信。

五、哪种肺癌恶性程度更高?

一般来说,肺癌分小细胞癌和非小细胞癌,非小细胞癌又包括腺癌、鳞状细胞癌和大细胞癌。这几个病理类型的不同,也决定着病情的进展和速度是不一样的。一般来讲,如果是鳞状细胞癌,发展的速度相对就会慢一些,而小细胞肺癌的发展转移的很快。吸烟的人得鳞癌的多一些。

评价肺癌的治疗反应如何,现在用5年生存率来衡量。这是一套科学的方法。内容涉及客观疗效评定(病灶的缓解程度)、主观疗效评定(患者的生活质量)、治疗毒性反应评定以及中位生存期和生存率的评定。从这四个方面综合分析,才能获得治疗的真实情况,目的是谋得较高的5年生存率。现在肺癌的5年生存率已经大大提高了,靠的是“早发现、早诊断、早治疗”。

癌症的恶性程度与细胞的分化程度有关。一般来说,细胞的分化程度越低,其恶性程度就越高。作病理分析的时候,一方面要告诉你癌症属于哪种病理类型,同时还有细胞的分化程度。分化程度高,简单地来说就是突变、恶变的细胞与正常的细胞比较接近,恶性的程度会相对低一些,对人们的健康损害相对小一些。

婚姻家庭

该书通过女主人公及其他三个女性的故事,再现了现代都市的世情、风貌,犹如一面多棱镜,折射出了都市女性灵魂中的各个层面——伦理、道德、信仰、审美、性心理、生活哲学等。作为一个新时代女性,该如何给自己定位;作为夫妻,如何掌控家庭的走向,这就是该书引发给每个人需要思考的问题。

颜丹青心里隐隐有些失落

清晨6点半,一声清脆的鸟鸣打破了房间的静谧。

这么早,在这个门窗紧闭的房间里,怎么会有一只顽皮的小鸟飞进来捣蛋? 这种想法曾经不止一次迷惑了此刻极不情愿从美梦中醒来,抱着枕头似醒非醒地摩挲着的颜丹青。当然现在她已经十分清楚谁是这个“捣蛋鬼”的设计者。

颜丹青伸出一只洁白如玉手朝着床头柜上的闹钟狠狠按下去,鸟叫声骤然停止。当她睁开眼睛时,床头的壁灯已经散发出温馨的光芒。习惯性将身体右转,正好接收到丈夫李建国熟悉得不能再熟悉的目光。

“时间还早,再眯5分钟吧。”他对她温和地笑了笑。

“不行,我动作慢,会迟到的。”颜丹青掀开身上的薄被,毅然决然地下了床,不再给自己赖床的机会。

一袭粉红色真丝睡衣与日本和服有几分相似,并没有太惹眼的设计,可是睡衣的腰带不知何时离了身,曼妙的身姿不受约束地从敞开的睡衣中显露出来。白皙光滑的肌肤在灯光的映射下闪烁着珍珠般的光泽,丰满的胸脯就像两枚饱满的浆果,散发着迷人的诱惑。

李建国看后不禁血脉贲张、目光炙热,一种不可抗拒的力量迫使他一把将她拉到自己的怀里……在清晨完成一次性爱结合,是一件美妙的事情,既愉悦心情,又锻炼身体,比早起跑步来得有兴趣。

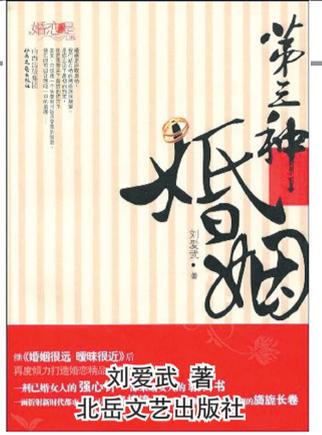
但这只是颜丹青的期望而已。事实上,李建国只是半坐起身,有条不紊地帮助妻子在她的领域找到了那根细细的粉红腰带,递给妻子后心安理得地重新躺下,用平静而坦然的目光看着妻子系上腰带走进卫生间。10年的同床共枕,使他对妻子的身体有了一定的免疫力。在

这个分秒如金的清晨,他是不会有非分之想的,即使有也能够靠理智抑制住。30多岁的人不再是小青年了,对性生活早已不像从前那般如饥似渴了。

颜丹青美丽如昔,她曾经是大学里中文系的才女校花,是众多青年才俊的梦中情人。成为李建国妻子多年后,依然是他在梦里煞费苦心追求的对象。直到今日他还在为当年打败众多情敌,取得最终胜利而沾沾自喜。只是10年的相濡以沫,“性”已经不再是他乐此不疲表达“爱”的主要方式,取而代之的是生活中最平实的语言、最琐碎的关心和最贴切的照顾。

颜丹青站在宽大明亮的镜子前,端详着自己依旧年轻的面容,心里隐隐有些失落。丈夫的眼神是那样的纯净,纯净得看不出有一丝的杂念和冲动,犹如父亲看女儿,兄长看妹妹。尽管他的眼神中不乏爱意,却是一种长辈般的怜爱 and 手足般的关爱,唯独缺乏夫妻间的情爱。

颜丹青记不清丈夫多久没有吻她抚摸她了,她并不渴望与丈夫鱼水之欢,那种十年如一日,千篇一律的姿势和动作,新婚时也曾让她激动过兴奋过。但近几年,这个一成不变的过程已如洗澡、刷牙般索然无味了。她从未在做爱的过程中体味到极度的快感,她甚至有些怀疑那种欲仙欲死的感觉,所谓性爱的“最高境界”都是文人杜撰出来的。然而作为一个女人,一个年近中年的女人,她希望自己魅力永存。丈夫炙热的眼神,不可抑制的粗重喘息,对她来说是一种肯定,能让她感到心理满足。可如今,丈夫的眼神变得如此洁净如此无邪,10天半月一次的做爱,也成了一种责任、一种义务、一种夫妻关系的见证。难道自己在丈夫眼里不再美丽不再性感,完全失去了吸引力? 难道是他们之间的爱情已不存在,剩下的只有亲情?



颜丹青一个激灵,她不知道自己怎么会突然冒出这么多想法,这种平淡如水的生活已经不是一天两天了,婚姻到了一定时候不都是这样吗? 她轻轻摇了摇头,开始在心里责备自己,真不应该胡思乱想,自己已经很幸福了,丈夫是个好男人,他在生活上给予了她无微不至的照顾,在他们的家庭里,他不仅尽到了丈夫的责任,更像父亲和兄长一样让她感到安心和踏实。结婚这么多年,他们之间虽然缺少了激情,却有着深厚的亲情。试想,又有几个丈夫能十年如一日地将妻子当成手心里的宝,去呵护、去关心、去疼爱呢?

两个人收拾妥当,拿着各自的包出了门。这时,对面邻居家的门也开了,一个头发松散、穿黄色家居服的女人提着一袋垃圾从屋里走了出来。看到他们,女人主动招呼道:“上班去呢?”

颜丹青点点头:“是啊,宋姐,你倒垃圾呢?”

“嗯,顺便买点早餐回来。”女人扬了扬手里的垃圾袋,咧嘴一笑,“家里就三个人,不知道每天怎么会这么多垃圾。”

颜丹青附和着笑了笑,没有做声,3个人一块儿进了电梯。

下了楼,宋兰提着垃圾袋朝不远处的垃圾房走去。李建国和颜丹青来到小区的停车场。两个人上了车,汽车刚一发动,李建国的手机就响了。

深度调查

高考是我国教育改革的焦点,举国上下,亿万人瞩目,牵动多少人的生活,影响多少家庭的命运走向! 作家何建明以高度的社会责任感,经过多年深入广泛地调查采访,以充满激情的笔墨,对这一最为百姓关注的“战争”进行了首次全景式的扫描,深入到了事件的内层,考察在波澜壮阔和轰轰烈烈之下,隐含着的多重悲愤;对高考体系中的不完善之处以及可恶的腐败、留学的陷阱、畸形的旁门左道等,都有鞭辟入里的揭示。

老王写了一份申请辞职的报告

这一年二中为了抢得全市优秀生,又出了个新招:他们与某国教育机构联合,在学校开设了个“国际班”,进行中、英双语教学,这使又一批本想报一中的好考生到他们那儿去了……

“简直是招摇撞骗!”老王听说后生气极了,把问题反映到市委。书记听后笑笑说中国的旧教育模式也该改革了,双语教育那么多人喜欢,证明有它的市场,探探路没有什么错嘛。

老王头一次听书记这么不把他的意见放在眼里,心头不由一阵打颤:怎么,真的自己不如人家了?

可不是,这一年高考结果再度明朗后,二中的升学率和文理状元都超过了一中,第一次取代了一中,并一跃成为全市、全省教育先进单位。在百姓中间,一中不行了,送孩子上二中才能考上好大学的民意席卷全市。随之而来的是生源和财源像回潮的江水一般,全都倒流到了二中那头……

“校长,今年修校舍的钱都不够用了,是不是把那辆新奥迪换成桑塔纳?”行政办公室主任轻轻走进校长办公室请示。老王气不打一处来:换!换掉!马上去办。

这一天,老王到市人大开新一届代表大会,路上,一辆崭新的奥迪车在他前面戛然而止,车窗里探出一张颇为得意的笑脸向他打招呼:王校长呀!我们一起走吧。原来那新奥迪车里坐的是二中校长。

老王的脸抽动了几下,佯作微笑地向对方挥挥手,说还要办点事,你先行吧。

这一届的人大选举,老王落选了。会议还没有开完,老王就请假回了学校。

人大会议结束后,便是春节。往年的春节,老王的家门槛简直年年都要被人踏破,他收到的参加各种活动的请柬和贺年卡能装满一麻袋,然而这一年,老王只接待了不足10位探访者和20张贺卡。

真是世态炎凉呀!当外面的锣鼓声和鞭炮声齐鸣时,老王独自在家叹道。他抚摸着一直曾经闪闪发光的奖章与奖状,又看看当年一中新生摸底测试的成绩单,沉思许久后,拿起笔和纸,给市委领导写了一份申请辞职的报告……

两个月后,老王的请求得到了批准,被安排在政协教科文办公室当主任。在一中新老校长交接大会上,一中新老校长握着拳头对全校师生说:什么都是空的,当务之急就是要把学校的高考升学率放在头等重要的位子上开展工作。老王一听,有些吃惊地看了看自己的后任,他想说些什么,可又说不出。

是啊,不把升学率提高上去,还有什么资格当校长?老王长叹一声,永远地离开了他心爱的教育战线。

春节到来之际,接老王班的新校长拎着几盒点心来看望老校长,并借机讨

教些经验。老王长叹一声,说:我们本来就比二中强,问题出在生源的基础上,一句话,你想赶上二中,重振咱们一中的威望,就得想方设法把好学生抢到手,否则再费劲也是白搭。

新校长再问老校长:那么抢生源到底要使出什么招?

老王说:什么招? 凡是你可以把好生源抓到手后都可以使。

新校长年轻,脑子反应快,便说:那我就从今年开始,跟各初中班的学校开始议定“合作联助班”事宜,你看行不行?

老王不解:什么叫“合作联助班”?

新校长说:就是从孩子上初中起,我们就以一中名义跟这些初中班结成合作伙伴,共同办好初中3年教学,之后凡在初中出现的优秀生就得给我送到一中来! 老王一听,拍案叫绝:这招好! 家长和初中学校都会欢迎的。

新校长起身说:我回去就这么干了。于是,某市高考的抢生竞争便又向纵深发展了一大步,初中阶段的孩子和家长们已经身临其境地感受到高考的“黑色七月”的硝烟已开始向他们飘去…… (全文完,本报有删节)

所有的父母都希望自己的女儿拥有自尊。自尊可以使她们更加快乐,对自己的生活更加满意,使她们充满自信,确保她们更好地学习、娱乐、爱和沟通。从明日起,本报开始连载《自尊女孩手冊》,敬请读者留意。