

前段日子,整个世界都因为两位天才的离世而唏嘘,一位是苹果公司的创始人乔布斯,另一位是2011年诺贝尔生理学或医学奖得主拉尔夫·斯坦曼。虽然前者近日被澄清所患的是位于胰岛细胞上的神

经内分泌瘤,但是此前的传言也让更多的人开始关注胰腺癌。日前,就胰腺癌的治疗,记者专门采访了河南省肿瘤医院肝胆胰外科主任韩风和河南省中医院肿瘤科博士刘培民。

## 治疗胰腺癌 要么早手术 要么“打持久战”

本报记者 苏文娟



### “三无”疾病惹人愁

胰腺癌是癌症中的“王中之王”,这主要是因为其无典型症状、无早期筛查手段、无满意治疗手段。

症状是腹痛,然而腹痛也常见于急腹症、胃病、肝病、胆结石等疾病。接着,胰腺癌患者会出现阻塞性黄疸,却容易被误诊为肝病。当胰腺癌患者继续发展到全身消瘦时,医生还会怀疑壶腹周围癌等癌症。换

句话说,只有腹痛、阻塞性黄疸、全身消瘦等同时出现时,医生才会高度怀疑胰腺癌,然而此时胰腺癌多已经发展至晚期。

**无早期筛查手段** 韩风说,X线、B超很难发现早期胰腺癌。增强CT、磁共振能发现直径约1厘米的早期胰腺癌,但是早期胰腺癌患者多没有明显症状,健康体检中也没有这些较贵的检查项目,患者自己也很难想到去做这些检查。CA199(肿瘤标志物)在检查胰腺癌中有很高的指导意义,但是在胰腺癌早期多显示正常。

**无满意治疗手段** 胰腺癌的治疗率极低:如果胰腺癌在早期发现,可以通过手术切除,但是胰腺癌手术是所有外科手术中最难的,切除后的5年存活率不到5%;一旦胰腺癌发展到中晚期,手术与否对于生存率无太大改善。同时,胰腺癌患者对化疗药物相对不敏感,癌细胞转移快、预后相当差,病情会发展很快,生存期平均为6个月。

者在进行其他疾病的检查时,发现患有胰腺癌。由于胰腺癌小于1厘米、长于胰脏体部,通过早期手术,目前已经正常生活12年。韩风说,治疗胰腺癌的关键是早期发现、早期手术。

**“打持久战”延生命** 传统医学认为,胰腺癌(痞积)多由肝郁气滞、脾胃湿热,渐渐发展为痰毒内结、气阴两虚。在西医中,胰脏与肝胆系统的疾病联系密切;在中医中,正虚邪胜是胰腺癌发病的主要病机,辨证首责之肝脾,按人体正气的盛衰、病情之发展辨证施治,以疏肝健脾为主的治法治疗胰腺癌,意在调畅中焦之气机,气顺则自消。

中医治疗胰腺癌,就像与胰腺癌细胞“打持久战”,而且是一个“阵地”早晚被胰腺癌细胞攻破的“战役”。刘培民说,中医治疗胰腺癌要稳扎稳打,步步为营。当胰腺癌患者的身体条件较好时,积极与胰腺癌细胞“战斗”,化疗(健择+铂类药、吉西他滨等)、放疗(碘-125、

粒子植入)和攻邪利水、消散散结的中药(蜈蚣、全蝎、土鳖虫、壁虎等)都成为医生的“士兵”,“士兵”之间相互呼应,处处设防;当患者的身体情况较差时,不能“恋战”,赶紧给患者补充能量,即益气补血药,以期“再战”。

如果把胰脏比作阵地的话,那么,脾胃就是给阵地输送物资的大后方。刘培民说,治疗胰腺癌应该以脾胃为基础,中焦巩固就为“士兵”提供了源源不断的“粮草”,才有条件与胰腺癌细胞“打持久战”。如果中焦“失守”,患者表现有胃痛、胃胀、消化不良,则胰腺癌多发展迅速,预后较差。

总而言之,中西医对胰腺癌均无良好的治疗方法,要么早手术,要么准备“打持久战”,充分利用放疗、化疗和中医药。值得庆幸的是,胰腺癌的发病率不高,仅占人体所有癌症的1%-2%。



## 认识抑郁症

河南省精神卫生中心 张长军

**案例介绍**  
例一:王某,21岁,在校女大学生。刚开始学习成绩很好,后来渐渐感觉学习很吃力,还是高兴不起来,无论干什么都没有兴趣,也没有什么信心。同学们发现她变得经常哭泣,不喜欢运动,不爱说话。在同一学校读研究生的哥哥发现她情绪低落,认为她患了抑郁症,遂到医院找精神科医生诊治。经药物治疗加心理咨询,目前已康复。

例二:张某,是一位团职转业干部,被安置在一个很小的企业当书记。当上书记后,家人发现他终日沉默,坐立不安,脸色难看,双眼呆滞。家人私下去找精神科医生,医生劝家属立即送张某来医院系统治疗。但因种种原因未实施。医生再三告诫家属一定要严防患者自杀,在一个月之内必须24小时不离人地照看。后来,张某趁儿子去厕所的时间从四楼窗户跳楼自杀。

这两个人患的都是抑郁症。从目前医疗手段上讲,抑郁症的诊断和治疗都不是难事。为什么会出现上述两种迥然不同的结局?这说明:得抑郁症并不可怕,社会偏见也不可怕,最可怕的是不懂或不寻求及时有效的正规专科治疗。

**什么是抑郁症**  
抑郁症是一种常见的精神疾病,主要表现为情绪低落,兴趣减低,悲观,思维迟缓,缺乏主动性,自责自罪,饮食、睡眠差,担心自己患有各种疾病,感到全身多处不适,严重者可出现自杀念头和行为。

抑郁症是精神科自杀率最高的疾病。抑郁症发病率很高,几乎每7个成年人中就有1个抑郁症患者,因此它被称为精神病学中的“感冒”。抑郁症目前已成为全球疾病中给人类造成严重负担的第二重要疾病,对患者及其家属造成的痛苦,对社会造成的损失是其他疾病所无法比拟的。造成这种局面的主要原因是社会对抑郁症缺乏正确的认识,偏见使患者不愿到精神科就诊。在中国,仅有2%的抑郁症患者接受过治疗,大量的患者得不到及时的诊治,病情恶化,甚至出现自杀的严重后果。另一方面,由于民众缺乏有关抑郁症的知识,对出现抑郁症状者误认为是闹情绪,不能给予应有的理解和情感支持,有的家属或同事对患者造成更大的心理压力,使病情进一步恶化。

**抑郁症分类**  
一、隐匿性抑郁症:情绪低落和抑郁症状并不明显,常常表现为各种躯体不适症状,如心悸、胸闷、中上腹不适、气短、出汗、消瘦、失眠、精神运动性迟滞和激越等。  
二、青少年抑郁症:可以导致学生产生学习困难,注意力涣散,记忆力下降,成绩全面下降或突然下降,厌学、恐学、逃学或拒学。

三、继发性抑郁症:有的高血压患者,服用降压药后,导致情绪持续忧郁、消沉。  
四、产后抑郁症:对自己的婴儿产生强烈内疚、自卑、痛恨、恐惧、或厌恶孩子的反常心理。哭泣、失眠、吃不下东西,忧郁,是这类抑郁症患者的常见症状。

五、白颈抑郁症:患有抑郁症的青年男女内分泌系统紊乱,正常的生理周期也被打乱,症状多种多样,除了精神压抑、情绪低落、无所事事、爱生闷气、思虑过度、失眠、多梦、头昏、健忘等主要的精神症状外,厌食、恶心、呕吐、腹胀等消化吸收功能失调症状,月经不规律、经期腹痛等妇科症状也不少。

**抑郁症的三大主要症状**  
很多人对抑郁症不陌生,但抑郁症与一般的“不高兴”有着本质区别,它有明显的特征,综合起来有三大主要症状,就是情绪低落、思维迟缓和运动抑制。

**情绪低落** 就是高兴不起来、总是忧愁伤感、甚至悲观绝望。《红楼梦》中整天皱眉叹气、动不动就流眼泪的林黛玉就是典型的例子。  
**思维迟缓** 就是自觉脑子不好使,记不住事,思考问题困难。患者觉得脑子空空的、变笨了。

**运动抑制** 就是不爱活动,浑身发懒。走路缓慢,言语少等。严重的可能不吃不动,生活不能自理。

具备以上典型症状的患者并不少见。很多患者只具备其中的一点或两点,严重程度也因人而异。心情压抑、焦虑、兴趣丧失、精力不足、悲观失望、自我评价过低等,都是抑郁症的常见症状,有时很难与一般的短时间的不好区分开来。这里向大家介绍一个简便的方法:如果上述的不适早晨起来严重,下午或晚上有部分缓解,那么,你患抑郁症的可能性就比较大了。这就是抑郁症所谓昼重夜轻的节律变化。

自杀是抑郁症最危险的信号之一。据研究,抑郁症患者的自杀率比一般人群高20倍。社会自杀人群中可能有一半以上是抑郁症患者。有些不明原因的自杀者可能生前已患有严重的抑郁症,只不过未被及时发现罢了。所以及早发现疾病,及早治疗,对抑郁症患者非常重要。

**预防与治疗**  
如果及早发现及早治疗,通常能阻止病情的发展,避免悲剧。但现实生活中,由于人们对抑郁这样的疾病认识不足,以为患者的自卑、唉声叹气、生活的缺乏朝气和意志消沉是思想问题而根本未考虑给患者医治,更有甚者对患者横加指责,于是造成了治疗时机的丧失甚至促发了患者的自杀。故此,对本病的关键是认识忧郁,及时医治。

目前已有像百忧解、麦普替林等高效抗抑郁药,效果确切,疗效理想。但是大多有效的抗抑郁药都有口干、胃肠道反应等副作用,且起效较慢。而抑郁症患者本身已有多种躯体不适的主诉,因而服药早期可能会有躯体不适,误认为症状加重。这时应当坚持治疗,随着时间的推移,绝大多数患者药物的副作用逐渐减轻的同时疾病得到了理想的控制。这一点是患者和医生都应该注意到的。

河南省卫生厅疾控处 主办  
河南省精神卫生中心 协办  
咨询电话:(0373)3373990 3373992  
地址:新乡市建设中路388号

### 免疫园地

**水痘疫苗**  
接种作用:水痘是一种高传染性的疾病,在幼儿园中,如果一人得病,可能将整个幼儿园的小朋友传染。这种病可引起发热及皮肤长水泡、脓泡,还可能造成肺炎、脑膜炎等并发症,或是并发细菌感染。如果在1岁半以前感染水痘,还可能终生隐藏反复发带状疱疹(俗称蛇皮)的危机。当宝宝上幼儿园前,要完成接种,有些幼儿园在入园时会询问,只有接种过水痘疫苗才接收入园。  
接种时间:12~18个月是最佳接种时间,如果错过可随时接种,建议上幼儿园前接种完成。  
HIB疫苗(B型嗜血流感杆菌疫苗)  
接种作用:b型嗜血流感杆菌感染是严重的传染性疾病。若5岁前的孩童受到感染,常造成脑膜炎、肺炎、骨髓炎等致命性反应。欧美各国多已将嗜血流感杆菌疫苗列入常规注射。但我国还没有,建议有条件的家庭还是接种为好。  
接种时间:一种是6个月内接种三针,另一种是1岁内接种两针,1岁半加强一针;还有一种是1岁后接种一针。5岁以上不必接种。

### 目前有 哪些 计划外疫苗

**轮状病毒疫苗**  
接种作用:小儿秋季腹泻,又称小儿轮状病毒性胃肠炎。宝宝秋天发生的腹泻,主要是轮状病毒引起。这种疫苗主要是预防宝宝由轮状病毒感染而引起的腹泻,保护率在60%~70%左右,不能完全避免宝宝得病,但减轻宝宝腹泻症状的效果比较明显。建议想让宝宝的家长在宝宝满6个月即可使用,因为此病最容易侵犯6个月~2岁的宝宝。  
接种时间:6个月~3岁每年9月接种一次,3~5岁儿童强化接种一次。

**流感疫苗**  
接种作用:6个月~3岁是孩子自身免疫功能正在发育和成熟的阶段,这个年龄段的孩子对外界病毒的抵抗能力相对于大龄儿童更弱。在遇到流感流行的时候,更容易感染流感。儿童感染流感之后容易引发肺炎、中耳炎和心肌炎等并发症,所以应给宝宝接种流感疫苗。  
接种时间:每年接种一次。北方地区流感流行的时间是11月下旬到1月中旬,因此在9月、10月接种。南方地区一年有两次感冒高峰,一次是在夏季的5、6、7月份,一次是冬季的1、2月份。所以,南方地区接种流感疫苗的最佳时间是11月和12月份,在此期间接种的人只需注射一次,就可以在流感流行时期获得两次保护。而3岁以下宝宝则需接种两剂,间隔一个月。

**23价肺炎球菌疫苗**  
接种作用:肺炎球菌可引发多种疾病,如脑膜炎、中耳炎、支气管炎、关节炎等,病死率高。肺炎球菌有90多种,23价肺炎球菌疫苗就是选取了23种最容易致病的病菌,分别提纯其抗原性强的多糖,按比例混合制成疫苗,起到抗肺炎的作用,能覆盖85%~90%的肺炎球菌侵袭。

**接种时间:**2岁以上接种1针,可保护5年以上。并不是每个宝宝都需要接种,适合体弱、经常发生肺炎的宝宝接种。

**出血热疫苗**  
接种作用:适用于流行性出血热疫区易感人群,按0、14天程序接种,半年加强一针。  
流行性出血热的早期症状是发热,包括头痛、腰痛等,除此之外,可能出现面颈、胸部潮红。该病可导致肾脏损害以及侵犯全身多器官组织,而且暂时没有特效药治疗,重点在于灾区预防。

**狂犬病疫苗**  
接种作用:世界上还没有一种有效的治疗狂犬病的方法,发病后的死亡率几乎100%。所以,凡被狗咬伤或抓伤后,都应立即注射狂犬病疫苗。宝宝若被严重咬伤,如伤口在面部、全身多部位咬伤等,应联合用抗狂犬病毒血清。  
(钟健康)

### 食用碘盐新标准

近日,卫生部发布公告,公布食品安全国家标准《食用碘盐碘含量》,标准明确,在食用盐中加入碘强化剂后,食用盐产品(碘盐)中碘含量的平均水平(以碘元素计)为20~30毫克/千克。该标准将于2012年3月15日起实施。此次的国家标准对于食用盐中碘含量平均水平的规定有所降低。此前的食盐碘强化含量为20~60毫克/千克。

梁青山/作

## 5个女性就有1个感染HPV 女性一定要检测HPV

**新闻背景:**由中华医学会儿科分会主办、德国凯杰协办的2011子宫颈癌国际高峰论坛近日在京举办。

**受访专家:**郎景和,中华医学会妇产科学会主任委员、北京协和医院妇产科主任。

“你30岁了,还没做过HPV(人乳头瘤病毒)检测,要知道这种病毒是目前确认的第一个子宫颈癌的主要诱因。”当北京协和医院妇产科主任郎景和教授听到连记者这样专门跑健康新闻的人都主动到院检查过HPV时,既失望,又着急,“我迫切地告诉广大女性,一辈子做1次HPV检测,就能减少5倍的患癌风险。”郎景和教授在此次论坛上公

布的最新调查结果显示,城市医院门诊病人HPV感染率为21.82%,也就是说5个女性中,就有1个是HPV病毒的感染者,在深圳等沿海发达城市,差不多3个女性就有1个感染者。感染高峰年龄主要集中在18~30岁、33~40岁这两个年龄段。

“当然,感染了HPV并不等于就一定会患上子宫颈癌,大部分人在1年的时间内,会靠自身免疫力把病毒清除掉。但如果你已经感染了,又在不知情的情况下出现免疫力降低,吸烟有多个性伴侣,就会导致持续感染,极有可能诱发子宫颈癌。”郎教授说。

他建议,只要有过性生活

的女性,特别是感染高峰期的人,都应该去医院做个HPV筛查检测,虽然目前这个检测项目还没进入医保,但此项检查非常必要。仅需查一次,如果结果是阴性的,宫颈涂片检查也是阴性,5年内发生子宫颈癌的风险几乎为零。

据了解,目前全国范围内的三甲医院都可以做HPV筛查检测,每次价格在300元左右。  
(华夏)



## 吃维生素E 更容易患前列腺癌

美国研究人员10月12日公布的研究报告显示,在包括3.5万名中年男性参与的试验中,通过随机分派每日服用维生素E补充剂者患前列腺癌的风险会显著增加。

这些男性均为50岁以上,来自美国、加拿大和波多黎各。美国克利夫兰诊所的研究人员将他们分为4个组:服用硒组(200毫克/日);服用维生素E组(400国际单位/日);服用硒和维生素E组;安慰剂组。每组人数都在8700人左右。研究人员对他们的跟踪时间最短为7年,最长为12年。

结果显示,在每1000人中,服用维生素E组有76人患前列腺癌,而安慰剂组只有65人。按比例来看,维生素E组的前列腺癌发病率比安慰剂组高17%。

“公众和消费者想当然地认为,维生素是无害的,服用维生素不会有什么恶果。”领导研究的埃里克·克莱因说,“显然实际情况并非如此。”  
美国国家卫生研究院此前也公布研究报告称,为补充矿物质而盲目服用膳食补充剂可能会损害身体健康。  
(王飞)

据英国《每日邮报》10月12日报道,研究发现,女性服用维生素营养片弊大于利,有可能导致过早死亡。

由美国明尼苏达州大学研究人员牵头的这项研究涉及到了近3.9万名妇女,结果发现多种维生素、维生素B、叶酸、铁、铜从统计数字看均增加了过早死亡的风险。这一结果发表在美国《内科医学档案》杂志上。研究人员认为,只有营养不良的病人,才需根据医嘱并在医生的指导下服用补品。不过,英国营养品健康信息服务机构的嘉莉·鲁克斯顿博士提醒,鉴于参加调查人员的健康情况不明,应当谨慎对待这一研究结果。  
(紫藤)



## 女性服用维生素或可致早亡

据英国《每日邮报》10月12日报道,研究发现,女性服用维生素营养片弊大于利,有可能导致过早死亡。

由美国明尼苏达州大学研究人员牵头的这项研究涉及到了近3.9万名妇女,结果发现多种维生素、维生素B、叶酸、铁、铜从统计数字看均增加了过早死亡的风险。这一结果发表在美国《内科医学档案》杂志上。研究人员认为,只有营养不良的病人,才需根据医嘱并在医生的指导下服用补品。不过,英国营养品健康信息服务机构的嘉莉·鲁克斯顿博士提醒,鉴于参加调查人员的健康情况不明,应当谨慎对待这一研究结果。  
(紫藤)

### 乳牙龋齿 影响一生

孩子的乳牙从6岁左右开始替换,要到12岁左右才换完。儿童的乳牙龋齿不经处理会引发牙列不齐,影响恒牙的发育。如果乳牙龋齿发展成为乳牙根尖周炎,可能会波及到在牙根端的后继恒牙牙胚,致其牙釉质发育不全。

此外,龋齿可导致乳牙牙冠长度缩短或被过早拔除,致使其两侧相邻牙向此间隙移位,使后继恒牙萌出因间隙不足造成位置异常,还影响恒牙萌出的顺序和位置,造成牙齿排列不齐,影响一生的美观。  
(健文)

健康口腔