

“喝”出原发性肝癌

某事业单位53岁的张总,酷爱喝酒。近几年来,他总觉得腹胀,间常肝区疼痛、牙龈出血。有人劝他不要喝酒了,他却自豪地回应:“我有天生的酒量,父亲开酿酒作坊,12岁就跟父亲学喝酒,每天至少0.5公斤白酒,不喝就难受”,为了应酬,高浓度白酒照喝不误。近一周来张总全身黄染、气促、双下肢水肿,不得不住进了医院。检查发现,他的血清学标志物乙肝表面抗原(HBsAg)阳性,甲胎蛋白异质体(AFP)>1000微克/升(ug/L),胆红素是正常高值的10倍,谷草转氨酶是正常最高值的20倍。B超诊断为“酒精肝并原发性肝癌”。张总得知这一诊断后后悔不已。那喝酒为什么会引起肝癌呢?

喝酒为何会引起肝癌

众所周知,肝脏几乎是酒精代谢、分解的唯一场所。胃里的胃黏膜对人体有保护作用,酒精能够把胃黏膜消化掉。胃细胞受伤,食物中的有毒物质就容易被肝吸收,这样就易引起酒精肝,降低肝脏及全身的免疫功能,损害肝脏的解毒功能,这就是为什么喝酒的人解毒功能差的原因。而且饮酒过多容易引起酒精性的肝硬化,其中部分肝硬化可以转变为肝癌。

其次,酒精对肝脏有直接的损伤作用,任何含有酒精的溶液,进入机体后都需要肝脏的分解。在其

分解过程中,辅酶I转变为还原型辅酶I的增多,使肝小叶中央区的肝细胞因缺氧而坏死和纤维化。

第三,乙肝病毒持续感染是患肝癌的主要原因之一,90%的肝癌患者都有乙肝病史。这类患者有以下大致相同的表现:化验检查是“大三阳”或“小三阳”,肝功能基本正常;发现肝癌前无明显症状,甚至没有肝区不适等任何征兆,但如不及时上医院治疗,距离肝癌可能仅一步之遥。

如果像上面所列举的患者张总,既有酒瘾又有乙肝,就难以逃脱肝癌的魔爪。

少喝酒 减少肝癌发生

●少喝酒或尽量不喝酒是减少患肝癌的关键。如果因工作需要,每周饮酒量不要超150克,否则百害无益。

●在控制喝酒的情况下,如果每天食用奶制品,比如牛奶和酸奶,患上肝癌的几率将减少78%;如果每天坚持食用新鲜水果,可降低患肝癌的几率。

●正常人防肝癌首先要预防感染乙肝、丙肝病毒,特别注意服药

安全。很多药物都可能会引起肝脏损伤,不可乱服,如抗生素、止痛药、避孕药、降糖降脂药等。

●如果是乙肝患者,应和定期到医院进行常规检查,复查谷丙转氨酶,做一次甲胎球蛋白(AFP),每年检查一次B超。否则,乙肝病毒的持续感染复制、炎症促使的纤维化病变,将不可避免地导致肝硬化甚至肝癌发生。

中南大学湘雅医院教授 罗学宏



喝酒肝癌并非偶然巧合

酒瘾会造成肝硬化,这是大众耳熟能详的一个常识。肝硬化以后,再转变成肝癌,也是顺理成章的。有好几个证据显示酒精是肝癌的元凶之一:美国波士顿地区的肝癌病患者,45%以上是合并有酒瘾;英国伦敦地区的肝癌研究则发现酒精性肝硬化患者30%会产生肝癌,其他原因之肝硬化则只有11%会导致肝癌;我国的统计研究表明,58%的肝癌是喝酒喝出来的。

肝癌凶险 重在预防

在临床上,绝大多数肝癌患者被发现时已到了晚期,治疗效果多不理想。因此当前防治肝癌最重要的策略就是要早防早治,重视早期筛查。

肝癌的发病原因主要与病毒性肝炎和肝硬化、黄曲霉毒素、饮水污染、遗传因素等有关。

要远离肝癌,首先要消除诱发因素,避免感染各种类型的病毒性肝炎,尤其是乙型肝炎和丙型肝炎,健康者最好及时接种疫苗来加以预防;日常生活中,要避免与肝炎患者或病毒携带者发生血液、体液方面的直接接触,以免造成感染。第二、平时要注意食品安全,改善水质,注意饮水卫生,霉变食物千万不要食用。第三,多吃新鲜蔬菜水果。有调查数据显示,蔬菜摄入量多的人比少的人肝癌发病率要低约40%,而水果摄入量多的人肝癌发病率比少的人要低45%。

东南大学附属中大医院教授 滕皋军(程守勤整理)

肝癌术后 营养莫过度

70岁的李先生,因肝癌在某医院做了手术,家人十分关注其营养,术后给予大量高蛋白食物,导致李先生出现肝昏迷。所幸经过医生的积极治疗和生活指导,患者恢复良好。

南京市第二医院丁海主任医师提醒说,对肝癌患者无论是术前或术后都要加强营养,但应注意方法,尤其是手术后,患者胃肠道消化吸收功能会受到一定影响,盲目给予高蛋白饮食易诱发肝昏迷。正确的进食方式是从简单的饮食开始,先给予流质饮食,如米汤、菜汁、萝卜肉汤为主,等有了食欲后,再逐渐增加饮食的质和量,从半流质饮食如稀饭、烂面条等,最后过渡到正常饮食。食物的选择原则有以下几

点:

1、选择高蛋白、高热量、高维生素、低脂肪食物。限制动物油的摄入。

2、饮食多样化,做到色、香、味俱全,以利增进食欲。

3、选择易消化的软食为主,忌坚硬、辛辣之品,少食煎炸食品,少量多餐。避免有刺激性及植物纤维素多的食物。

4、多食新鲜蔬菜水果,饮用果汁饮料,补充维生素。

5、有肝昏迷发生的病人应给予低蛋白饮食,每日蛋白总量20-40克,尽量选用生理价值高的动物性蛋白质,如乳、蛋、瘦肉等。

6、有腹水的病人应限制钠的摄入,给予低盐或无盐饮食。

嵇旭东



家有肿瘤患者 学会科学护理

●家庭护理的内容

1、从心理上给患者安慰,肝癌患者急躁易怒,家属应谅解忍让。

2、居住环境保持清洁舒适,房间对流通风。

3、基础护理应做到“六洁”(口腔、脸、头发、手足皮肤、会阴、床单位清洁)、“五防”防压疮、防直立性低血压、防呼吸系统感染、防交叉感染、防泌尿系统感染)、“三无”(无粪、无坠床、无烫伤)、“一管理”(膳食管理)。

4、用药安全。遵医嘱按时、按量用药,做好药品保管。

5、健康教育。指导患者自我护理,纠正不良的生活习惯,不吸烟,不喝酒,提高自我护理能力,协助其维持心身平衡。

6、鼓励患者参与正常人的生活,参加轻松的工作、适量的活动和学习,在工作和学习中重新确立自己的生存价值。

●常见症状的处理

【发热】 肿瘤患者发热主要是癌性发热、感染以及药物性发热。

【处理】 (1)肛塞退热(双氯芬酸钠)栓;(2)多喝开水;(3)如发热过高可用冰袋冰敷,温水擦浴;(4)注意保暖,勤换衣裤,保持衣物的干燥清洁;(5)如高热持续不退,应与医生取得联系。

【便秘】 便秘是由于长期卧床,服用止痛药、止吐药,或饮食粗纤维含量过少引起。

【处理】 (1)养成定时上厕所的习惯;(2)用开塞露肛塞,勿用力排便;(3)多喝水;(4)膳食中有足量定额粗纤维食物;(5)在病情允许的情况下适当运动。

中南大学湘雅二医院 夏春芳

莫把重复癌 当癌症复发

重复癌是指机体同时或相继发生了两个或两个以上彼此无关系的原发性恶性肿瘤,又称为多重癌、多原发癌。哈尔滨医科大学肿瘤医院放疗教研室主任徐向英教授提醒说,肿瘤患者治疗中出现了其他部位的病变或肿瘤,不能轻易地认为是肿瘤的转移、复发处理,以免误诊、漏诊。

临床上,重复癌易与恶性肿瘤的转移和复发相混淆而被误诊。徐向英教授介绍说,转移癌和重复癌虽然都表现为患者体内出现新的病灶,但转移癌本质上来源于原发癌,其病理学性质与原发癌完全相同;而重复癌则是癌症患者体内出现的另一类新癌灶,这种癌灶与原有病灶的性质完全不同。在临床上,可通过影像学检查初步区分原发癌灶与转移癌灶。

据徐向英教授介绍,鉴别重复癌和转移癌具有重要的临床意义,因为两者的治疗效果存在显著差异。转移癌提示原有癌已进展到晚期,一般治疗效果较差;而原发癌经早期诊断以及积极治疗,可以获得同第一原发癌一样的根治效果。

刘锐

