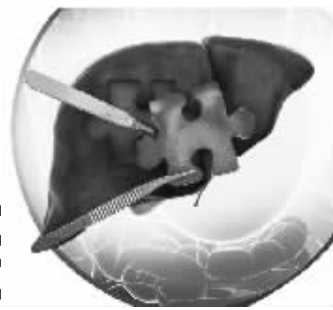




认识肝癌，

别让“沉默的杀手”带走我们的健康



肝癌，一个潜伏在暗处的“沉默杀手”，正悄无声息地影响着我们的健康。在这个快节奏的现代社会，不良的生活习惯、饮酒过量、病毒感染等问题日益严重，使肝癌成为了一种越来越常见的疾病。那么，肝癌作为我国高发癌症之一，该如何有效地防治呢？

什么是肝癌？

肝癌是一种恶性肿瘤，起源于肝组织。肝脏是人体最大的内脏器官，有着重要的生理功能，包括分解毒素、制造胆汁、储备能量等。肝癌可以分为原发性和继发性两种形式。

1. **原发性肝癌** 是指肿瘤最初起源于肝脏，通常与肝细胞癌相关。肝细胞癌是肝癌的最常见类型，其起源于肝细胞。原发性肝癌的主要风险因素包括慢性肝炎病毒感染（如乙型或丙型肝炎病毒）、酗酒、肝硬化以及遗传因素等。

2. **继发性肝癌** 是指肿瘤最初起源于其他器官（如肺、胃、乳腺等），然后通过血液或淋巴系统转移到肝脏。继发性肝癌的发生率较高，尤其是在其他癌症患者中。肝脏是全身血液循环的过滤器，癌细胞可以通过血液循环到达肝脏。

肝癌会对身体产生什么影响？

1. **肝癌可能影响肝脏的正常功能** 肝脏是身体内最重要的代谢器官之一，负责分解和代谢许多物质，如药物、毒素和废物。肝癌的存在可能干扰这些重要的代谢过程，导致体内废物积累，药物代谢减缓，甚至造成体内化学平衡的紊乱。

2. **肝癌可能对消化系统造成影响** 肝脏不仅分泌胆汁帮助消化，还参与分解脂肪和合成蛋白质。肝癌可能压迫或阻塞胆管，影响胆汁的正常流动，导致黄疸（皮肤和眼白变黄）、食欲不振、恶心和呕吐等消化问题。

3. **肝癌可能对免疫系统产生影响** 肝脏在免疫系统也扮演着重要角色，有助于抵抗感染和疾病。肝癌可能干扰免疫细胞的功能，削弱机体的免疫响应，增加感染的风险。

4. **肝癌还可能对健康产生系统性影响** 它可通过血液循环扩散到其他部位，形成远处转移瘤。这可能导致多个器官的功能受损，造成体重下降、疲劳、骨折等症状。

如何预防肝癌？

1. **接种乙肝疫苗** 乙肝病毒是肝癌的主要原因之一，乙肝疫苗能有效预防乙肝感染，减少患肝癌的风险。因此，尽早接种乙肝疫苗很重要，尤其是对于容易接触到乙肝病毒的人群。

2. **抗病毒治疗** 对于已经感染乙肝病毒的人群，及时接受抗病毒治疗可以降低长期慢性乙肝感染演变为肝癌的风险。

3. **改善生活习惯** 良好的饮食习惯对肝脏健康至关重要。保持均衡营养，多摄入蔬果、全谷物和健康蛋白质，同时减少摄入过多的饱和脂肪和糖分。此外，限制饮酒也是非常重要的。过量饮酒会增加肝癌的风险。

4. **早期筛查** 早期筛查是预防肝癌的重要手段之一。如果有肝癌的危险因素，如肝硬化、乙肝病毒感染等，应定期接受肝功能检测以及相关肿瘤标记物检查。早期发现肝癌，可以提高治愈率和生存率。

5. **肝癌有哪些治疗措施？**

1. **手术切除** 如果肝癌尚未扩散到其他部位，手术切除是一个常见的治疗选项。外科医生会尽可能地切除肿瘤及周围部分健康组织，以达到治愈的目标。

2. **射频消融** 这是一种以高能量的射频波来破坏肿瘤组织的方

法。通过导入探针，射频能量会产生热量，将肿瘤烧灼。

3. **化疗** 使用药物来杀死或抑制癌细胞的生长，化疗可以通过口服药物或静脉注射的方式进行，但它可能会引起一些副作用。

4. **靶向治疗** 靶向治疗药物能够直接攻击癌细胞中的特定分子，从而抑制癌细胞的生长和扩散，而对正常细胞影响较小。

5. **放疗** 使用高能射线来定向杀死癌细胞，它可以通过外部机器（外部放疗）或导管（内部放疗）进行。

6. **介入性治疗** 包括动脉化疗和栓塞疗法，通过导管将药物直接送入肿瘤，或者阻塞肿瘤供血的动脉，从而阻止其生长。

7. **免疫疗法** 免疫疗法通过增强免疫系统的反应，帮助身体识别并攻击癌细胞。

总之，在这个快节奏的社会里，肝癌犹如“沉默的杀手”，悄悄侵袭着我们的健康。为了避免成为它的目标，我们需要关注肝脏健康，养成良好的生活习惯，定期体检。

梧州市人民医院 封斐耀

关于前置胎盘，孕妈一定要了解的知识

很多孕妈在孕期产检时被告知存在前置胎盘的情况，这让孕妈非常恐慌，担心会对胎儿造成影响，或者出现分娩不顺利的情况。那么什么是前置胎盘，前置胎盘有什么不利的影响呢？

前置胎盘是什么？

前置胎盘是指妊娠 28 周以后，胎盘下缘毗邻或者覆盖宫颈内口，前置胎盘根据胎盘下缘与宫颈内口的关系，分为完全性前置胎盘（也称为中央性前置胎盘，胎盘组织覆盖整个宫颈内口）、部分性前置胎盘（胎盘组织覆盖部分宫颈内口）、边缘性前置胎盘（胎盘附着在子宫下段，但是未覆盖整个宫颈内口）、低置胎盘（胎盘附着于子宫下段，胎盘边缘距宫颈内口的距离小于 20 毫米，但未达到宫颈内口）四种类型。

前置胎盘的病因是什么？

1. 子宫内皮损伤

子宫手术史、多次流产刮宫史等均会引起子宫内膜炎或者萎缩性病变，受精卵植入受损的子宫内膜后由于子宫内膜血管形成不良，胎盘供血不足。为了能够获取更多的营养，胎盘面积会增大，伸展到子宫下段，从而形成前置胎盘。另外，子宫下段切口瘢痕会妨碍胎盘向上

迁移，增加前置胎盘的发生率。

2. 胎盘异常

胎盘形态和大小异常都会发生前置胎盘，例如胎盘位置正常但是副胎盘位于子宫下段接近宫颈内口、胎盘面积较大并且会延伸到子宫下段。倘若滋养层尚未发育到成熟阶段，受精卵在到达宫腔后会继续下移，并且着床到子宫下段，从而形成前置胎盘。

3. 辅助生殖技术

辅助生殖技术受孕者，由于受精卵的体外培养和人工植入，受精卵会和子宫内膜发育产生不同步的情况，并且人工植入时可能会诱发宫缩，从而导致着床点在子宫下段，从而增加前置胎盘发生的概率。

前置胎盘的治疗方式有哪些？

1. 一般治疗

首先，应该绝对卧床休息，卧床姿势建议实行侧卧位，并且禁止性生活、肛门检查、灌肠及任何刺激，孕妇应保持良好情绪，切忌大喜大怒，必要时应该使用镇静剂，在止血后可以适当进行活动。其次，应该根据孕妇的贫血情况补充铁剂，倘若贫血严重，则需要通过输血的方式治疗。最后，这个阶段需要严密监测孕妇的生命体

征和阴道出血情况，在期待治疗至 37 周左右，并且各项身体指标都在正常范围内，则可以终止妊娠。

2. 药物治疗

药物治疗方式主要根据患者的身体实际情况以及对药物的敏感度决定，对于早产风险较大的患者建议使用宫缩抑制剂，防止因宫缩引起大出血；科学合理地使用地塞米松等促胎肺成熟类药物，能够促进胎儿的肺部和其他器官发育成熟，降低新生儿的死亡率。视情况合理使用抗生素，有效预防感染，并且延长孕周。硫酸镁具有保护脑神经的作用，适用于决定在 24 小时内终止妊娠的孕妇。

3. 终止妊娠

终止妊娠是指在合适的条件下选择科学的分娩方式，常用的分娩方式是紧急剖宫产、择期剖宫产、阴道分娩等。紧急剖宫产用于可能会导致出现失血过多造成休克的情况，必须马上终止妊娠；对于无症状的前置胎盘合并胎盘植入可以在妊娠 36 周以后终止妊娠；无症状的安全性前置胎盘妊娠达 37 周可以终止妊娠；边缘性前置胎盘满 38 周应该考虑终止妊娠；阴道分娩适用于边缘性前置胎盘、低置胎

盘、出血量不多、胎位异常等情况，倘若产程停滞或者出血增多，则应该立即采用剖宫产的方式结束分娩。

如何预防前置胎盘？

1. 按时体检

按时体检能够帮助孕妈和胎儿避免很多疾病，通过 B 超检查能够了解胎盘的位置，判断风险系数，选择科学的调整措施。

2. 减少活动

整个孕期应该杜绝一切剧烈性运动，例如跑、跳、蹦、下蹲、弯腰等增加腹压的动作，应该避免用手频繁地刺激腹部，尤其是不能抚摸腹部进行胎教，在变化体位时应该保持轻缓的动作。

3. 营养均衡

孕期应该保持营养均衡，可以多食用含铁量较高的食物，倘若无法通过食补的方式补铁，则可以服用补充铁剂，避免孕妇和胎儿出现营养不良的情况。

总之，前置胎盘不管是对孕妇还是胎儿而言都是非常危险的，因此为了有效避免这一情况，应该定期体检，便于全面掌握胎儿的发育情况，及时调整干预，将前置胎盘的风险降到最低。

贺州市妇幼保健院 甘喜花