

饮食肥腻不爱动 结直肠癌高发

专家:55岁后患病率增速加快,或与不良生活习惯有关

□徐旭 郑冠鹏 实习生 许文庆 本报记者 刘菊

根据一项流行病学调查结果显示,2013年至2017年期间,黑龙江省肿瘤登记地区结直肠癌发病率为28.81/10万,与南方各地相比,我省的结直肠癌患病情况一直处于高位状态;同时从年龄结构上看,黑龙江人群平均年龄在55岁之后罹患结直肠癌的增长速度加快,在80岁组达到峰值。为帮助市民正确认识结直肠癌,记者联系到哈尔滨医科大学附属第一医院结直肠外科教授刘天佑,就市民关心的结直肠癌问题进行解答。

运动少、不健康饮食 均是肠癌“罪魁祸首”

是什么原因导致黑龙江乃至东北地区结直肠癌发病率如此之高?刘天佑教授分析指出,除了与结直肠癌的高危因素,如腺瘤性息肉、炎症性肠病、家族遗传等诱因密切相关外,日常体力劳动不足、不爱运动、不健康饮食等,也是造成黑龙江省结直肠癌高发的原因。

刘天佑教授指出,北方地区无霜期短,冬季漫长寒冷,人们大量食用高脂食物增加热量。而包括油炸食品、动物内脏、奶油制品在内的高脂食品里面,都含有非常多的饱和脂肪酸和强氧化剂,非常容易诱发肠道黏膜炎症;与此同时,大量摄入高脂食物,无形中促进肝脏分泌出更多的胆汁,这些胆汁经过一系列转换变为胆汁酸,过多的胆汁酸、固醇环均可生成致癌物,给大肠癌的产生创造了有利的条件。并且从饮食中摄入的动物脂肪越多,溶解和吸收致癌物的危险性就越大。

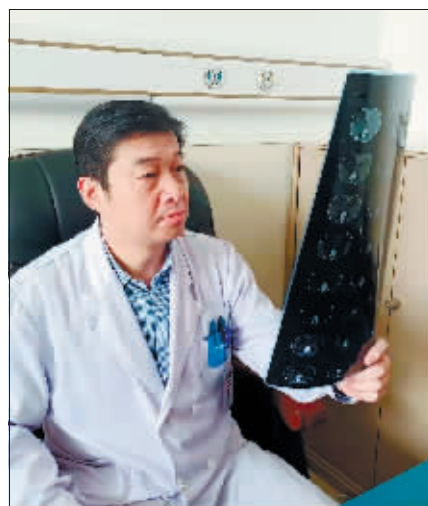
且北方冬季室外温度低,不适宜长时间户外活动,人体肠道蠕动缓慢,排便不畅,进而酿成包括结直肠癌在内的各种肠道疾病。

肠癌发病悄无声息 应注意身体信号

刘天佑教授强调,大多数结直肠癌患者缺乏典型症状,起病之初常常悄无声息,毫无征兆,一旦确诊,大部分病例已进入中晚期,为下一步手术、放化疗或者生物治疗带来了很大的困难和挑战。

临床上经常可以看到,有些人可能因为排便习惯骤然被打乱,比如长期便秘的人突然腹泻,或者大便带血,而不得不到医院看医生,之后才发现出了大问题。这是因为患者对自己身体发出的“微弱求救信号”缺乏敏感性,加上不重视体检,不愿意做结肠镜检查等,肠癌细胞就会由潜伏状态“伺机而动”。

刘天佑教授介绍,结直肠癌最大的特点就是发展缓慢、不易察觉,这就需要市民要有一双“火眼金睛”,及时捕捉身体的细微变化和异样,尽早去医院检查。



刘天佑教授

建议市民,当有不明原因的贫血、乏力、发热、消瘦,不明原因的食欲减退、消化不良、腹部隐痛和不适,并伴有排便习惯改变,如便秘、腹泻、便秘、排泄不尽;或者粪便性状和往常有区别,如粘液血便、血便或便细等,一定及时找专科医生就诊。

刘天佑教授介绍,当怀疑自己患了结直肠癌,临床常见的检查方法有五种,分别是X线检查;内镜检查;粪便检查;血清癌胚抗原(CEA)检查;B超扫描、CT或磁共振检查。

患结直肠癌及时治 更要从源头防范

刘天佑教授表示,早期结直肠癌患者术后预后良好,5年生存期可达80%以上;而中晚期患者可通过新辅助疗法和根治性手术联合方式来延长生存期。

在积极治疗的同时,还要从源头上斩断结直肠癌侵袭的“触角”。刘天佑教授提示,对于肠道疾病,无论轻重,必须及时诊治,如各种息肉、慢性肠炎(包括溃疡性结肠炎)、血吸虫病、慢性痢疾等。而对肠道息肉特别是多发性息肉,更应早期处理。还要纠正、矫正习惯性便秘,注意保持大便通畅,及时排除体内毒素。

对结直肠癌的高危人群,如40岁以上男性、溃疡性结肠炎、慢性血吸虫病及有癌症家族史的人需要定期查,尤其是林奇综合征和家族性腺瘤性息肉病的患者,更要警惕。与此同时,还应从根本上控制和消除糖尿病、肥胖等容易引起结直肠癌发病的诱因。市民在确保体内粗纤维摄入量足量的同时,应戒烟限酒、控制体重,咖啡、鱼类、维生素D、阿司匹林、纤维素、叶酸均有助于降低结直肠癌患病风险。

刘天佑教授指出,许多三四十岁的白领也常被结直肠癌击倒,他们因忙于工作而饮食无规律、消化道生理节律紊乱、肠道运行不顺畅;更主要的是缺少体育运动。国内外专家强调,运动能将肠癌的危险降低一半,建议市民进行经常性的运动、体力劳动,远离肠癌侵袭。

髌骨脱位家人没重视 8岁女孩走路腿往外撇

本报讯(王甦 高军震 记者 杨艳)群群(化名)今年8岁,刚出生时两腿的膝盖骨就有些不一致,由于年纪小,家人并没有太在意。随着群群越来越大,家人发现孩子走起路来腿往外撇,就带着她来到市第五医院运动医学科就诊。

运动医学科鞠超杰医生为群群做了详细查体,配合影像科检查结果诊断为先天性髌骨脱位。鞠超杰医生表示,此病属于少见病症,长期不治疗会引起患者膝关节畸形,进而出现其他骨骼畸形。该病还会造成患者活动受限,下肢活动范围也会缩小,长期的髌骨脱位磨损还会造成慢性炎症,难以根治。

“儿童先天性髌骨脱位治疗起来比较麻烦,因为儿童的骨骺未完全闭合,只能通过软组织平衡来复位。”鞠

超杰介绍。在运动医学科韩延龙主任指导下,鞠超杰医生团队为群群进行了难度较高的先天性髌骨脱位手术,术后效果良好。

鞠超杰表示,先天性髌骨脱位是临床上较为少见的一种畸形,既往研究相对缺乏。多数患儿因为步态异常而就诊,也有因疼痛来就诊的病例。此病常合并有其他先天畸形,如甲髌综合征和唐氏综合症等。髌骨脱位手术方案非常多,但由于儿童生长发育有其独有的特点,并不是成年人的缩影,所以不是所有的手术方案都适合。对于儿童主要采用软组织手术,手术技术要求高,目的都是复位髌骨,改善伸膝装置力线并增加复位后髌骨的静态和动态稳定性。

男子剁肉割伤手臂 处置不当险酿大祸

本报讯(孙丽霞 叶鸿 记者 杨艳)“医生!快救救我!疼死了……”近日,哈尔滨市红十字中心医院急诊科来了一位神情紧张、衣服上沾满血迹的男子。

受伤的男子姓张,剁肉时不小心将小臂割伤。到医院就诊时,已经是受伤后的第7个小时。受伤后,张先生用云南白药洒在伤口处,同时在近肘关节处用绳子勒住。随着时间推移,张先生感到手臂渐渐失去知觉,才决定到医院就诊。急诊科主任李明福为其查体发现,患者左前臂中上段有一处刀伤,肿胀严重,左手肌力减弱,被动牵拉时剧痛,触及桡动脉、尺动脉搏动减弱,诊断为左前臂外伤、急性早期肌筋膜间室综合征。

患者到医院时已经超过了外伤缝合的最佳窗口期,若再不尽快处理,将面临失去手臂的严重后果。李明福主任、金文策医生共同为患者进行清创止血缝合术,术中清除血肿及部分坏死组织,修补损伤肌肉并行筋膜减压,手术历时近两个小时,顺利完成。

李明福表示,在急诊科接诊的外伤患者中,手臂外伤的患者占有很大比例。如果受伤后不加以重视,就会导致创面严重发炎感染,甚至机体组织的功能性坏死,错过最佳的手术时间而遗憾终身。

专家提醒,一定要关心手足健康,建议市民受伤后第一时间来院就诊,并且在送医过程中,使用洁净的毛巾等对患处进行捆绑止血,同时每小时放松5分钟,以免造成缺血性坏死。

无产权证照房屋情况公示

为进一步规范房屋征收补偿工作程序,切实保护群众合法权益,现将道外区陶瓷三期棚改项目拟征收无产权证照房屋情况对外公示,公示期为三天(2021年12月4日—2021年12月6日),欢迎广大群众对公示内容真伪情况进行监督举报。对公示期内有人反映问题的无产权证照房屋,指挥部将认真

调查核实并依法依规处理。对公示期内无人反映问题的无产权证照房屋,将把相关房屋征收补偿收益给付主张权利人。对主张权利人弄虚作假、骗取征收补偿收益的,所签征收补偿协议一律作废,并由主张权利人承担一切法律责任。对涉嫌违法犯罪的,将交由公安机关追究刑事责任。

序	房屋地址	房屋喷号	主张权利人	建筑面积
1	东北新街54-3号1层19门旁	1-232-1	赵丽敏	12.24m ²
2	东北新街54-2号	1-244	王志刚	11.1m ²

特此公示。

道外区陶瓷三期棚改项目指挥部 2021年12月4日

公示

依据2020年12月30日哈尔滨市南岗区人民政府哈(南)房征决字[2020]第006号《哈尔滨市南岗区人民政府房屋征收决定》,对货场街地段项目征收范围位于东至尤家街、南至哈西头道街、西至尚雅雅轩小区、北至顾乡变电所围合区域国有土地上房屋进行征收,现就货场街地段项目征收范围内C区哈尔滨市炼铁厂连脊房屋相关权属信息内容公示如下:

- 房屋所有人:周国明,房屋地址:南岗区西工街13号,征收房屋喷号:C-19号,建筑面积:27.64平方米,产权单位:哈尔滨市炼铁厂。
- 房屋所有人:周连发,房屋地址:南岗区西工街13号,征收房屋喷号:C-20号,建筑面积:30.25平方米,产权单位:哈尔滨市炼铁厂。

公示期限:从2021年12月4日起至

2022年1月2日止,共30日。

公示期限内,如相关产权单位、相关权利人(或继承人、利害关系人等)对房屋权属有异议的,请持有效证明文件到货场街地段项目现场办公室进行确认与变更;如未在公示期内提出异议视为放弃主张权利。

公示期满后,如无相关产权单位、相关权利人(或继承人、利害关系人等)对上述公示内容提出异议,将以上述公示的房屋所有人为补偿主体,按照《货场街地段项目征收补偿方案》规定对公示房屋进行征收补偿。

货场街地段项目现场办公室地址:南岗区兴东东路88号学府经典状元府7号楼3单元302室
联系人:寇志斌 联系方式:13633629664
特此公示。

哈尔滨市南岗区城市更新局
2021年12月3日