

市妇女儿童医疗保健中心不孕不育与生殖健康科协办 电话:63256064



肿瘤为何盯上年轻人

□ 记者 朱娜 通讯员 路书斋 许文军

家住伊川县的李某,今年28岁,3个月前被诊断出食管癌中晚期。他不是个例,近几年,30岁以下的肿瘤患者频频出现,而且肿瘤一旦被发现有即为晚期。人们在感到惋惜的同时不禁心生疑问:是什么原因让肿瘤盯上了30岁以下的年轻人?

1 食管癌患者 年仅28岁

28岁的李某是伊川县人。因为家里经济不宽裕,他在饮食上不是很讲究,只要能填饱肚子就行。李某说,因为家里种的有菜,他在春夏两季能吃到新鲜的时令蔬菜。到了冬季,他只能吃土豆、萝卜和白菜,更多的时候吃家里腌制的咸菜。李某不经常吃新鲜水果,他认为那是女人和孩子吃的,大男人能吃饱饭就行。

今年3月,李某出现了吞咽困难的症状,他以为自己患了咽炎,自行购买了治疗咽炎的药物,服用后症状没有得到缓解。他来到河南科技大学第一附属医院就诊,经过检查,他被确诊患上了食管癌,已经是中晚期。这一消息让原本性格内向的李某更加沉默了,他不知道该如何面对,更没有勇气开口向家人说明病情。

“28岁竟然会得食管癌,这太难让人接受了。”李某说,以前只听说过四五十岁的人得肿瘤,没想到他成了一个年轻的肿瘤患者。

2 肿瘤发病人群 年轻化

医学界认为,50岁以后的人群是肿瘤高发人群,近几年,青壮年肿瘤患者逐渐增加,不能不引起人们的重视。

市中心医院生物治疗科主任谢玲说,30年前,肿瘤发病年龄在45岁至49岁。20年前,肿瘤发病年龄降低了10岁。近几年,30岁以下的肿瘤患者屡见不鲜。恶性肿瘤已经成为30岁至35岁人群的第一死因,男性的发病率和死亡率明显高于女性。年轻男性较常见的肿瘤为肝癌、肺癌、胃癌、脑瘤等。年轻女性较常见的肿瘤分别为肝癌、乳腺癌、胃癌、肺癌。从临床上来看,30岁以下的年轻人多发的肿瘤为乳腺癌、胃癌、食管癌。相对来说,食管癌在农村的发病率高于城市。

3 肿瘤一发现即为晚期

26岁的琳琳(化名)有稳定的工作,身材高挑、仪态优雅。她和许多年轻人一样,喜欢熬夜上网、K歌等。由于她长时间上网,朋友们给她起了个外号叫“万年在线”。现在的女孩儿以瘦为美,琳琳为了减肥,每天吃饭很少,有时干脆不吃。如果她哪顿饭吃多了,就跑到厕所里用手指抠嗓子迫使把自己把吃进去的食物吐出来。

久而久之,琳琳瘦了,体重比以前减少了10斤。可是她的胃时常出现不适症状,如疼痛、恶心、呕吐等。琳琳认为这是饿出来的毛病。她没到医院就诊,而是到药店买了胃药,服用后,不适症状很快得到缓解。之后,琳琳

4 健康意识差是主因

很多肿瘤患者早期有症状,只要留心观察,及时就诊,不难发现病情,如乳腺癌早期症状为乳房内有不明包块,触摸按压时没有疼痛感;食管癌最明显的早期症状为咽喉刺痛、吞咽困难等;胃癌患者前期会出现恶心、呕吐、胃部疼痛等不适症状。年轻人不重视这些症状,更不会想到自己得了肿瘤,等病痛到了无法忍受的阶段,他们才想起到医院就诊,往往为时已晚。

高社干说,一些年轻人的健康意识太差导致病情延误。年轻人当出现不明原因的消瘦、乏力、恶心、呕吐、胃部疼痛等症状时,一定要到正规医院,通过仪器进行检查诊断,不要自行购买药物服用,有些药物虽然能缓解

5 环境污染、生活陋习是杀手

“癌症的发病是人体内发生基因突变造成的。”高社干说,遗传因素、环境改变、心理因素、生活陋习等都是引起人体内基因突变的原因。

环境污染加剧,空气中有害物质增多,而年轻人正处于成长期,新陈代谢相对活跃,更容易受到环境因素的影响。

各种不良生活方式是导致肿瘤产生的重要因素。如今的年轻人更加注重社交,吸烟、喝酒一样都不能少。烟、酒长期刺激体内器

胃部不适症状出现得越来越频繁,有时胃疼让她难以忍受。2009年3月,她在父母的陪伴下到医院就诊,经过胃镜检查,被确诊为胃癌晚期。琳琳当场失声痛哭,她根本无法接受这个事实。7个月后,琳琳因胃癌去世。

据有关数据显示,在我国,30岁以下的年轻胃癌患者人数占胃癌总数的7.6%。河南科技大学第一附属医院肿瘤内科主任高社干说,在临床上见到很多30岁以下的肿瘤患者,一发现就是肿瘤晚期。看着他们失声痛哭的样子,医生难过的心情不亚于患者亲属。胃癌早期患者术后5年生存率达80%,到了晚期,再高明的医生也束手无策。

不适症状,但在某种程度上掩盖了真相,延误病情。尤其是胃癌患者,不愿做胃镜检查是导致胃癌不能被早期发现的原因之一。

2008年3月,嵩县村民王某胃镜检查做到一半,自己把管子拔出来大喊:“太痛苦了,我死也不做胃镜了。”如果他能忍一忍,通过胃镜检查就能发现胃癌并进行早期治疗。过了半年,王某主动到医院进行胃镜检查,检查结果很残酷,王某已是胃癌晚期,失去了最佳治疗时机。胃镜是检查胃部不适症状最直接的检查手段,进行胃镜检查时会有一些不舒服,但积极配合医生很快就可以完成。因此,建议胃病患者做胃镜检查以便确诊病情。

官,特别是吸烟,不仅易引发肺癌,与其他系统疾病也息息相关。在饮食上,一些人吃得过于精细,纤维素摄入过少,而高热量食物摄入增多,也促使肿瘤多发。

很多女性选择晚婚晚育、不进行母乳喂养,这是乳腺癌发病率逐渐升高的原因。

生活节奏加快,压力不断增大,精神长期处于紧张状态,致使年轻人的身体免疫力下降。

6 学会 合理预防肿瘤

1/3的肿瘤是可预防的,1/3的肿瘤如发现及时可治愈,1/3的肿瘤通过合理治疗可治愈,所以,我们应该学会合理预防肿瘤。

谢玲说,对于30岁以下的年轻人来说,最重要的是改变不健康的生活方式,养成良好的生活习惯:戒烟限酒,早睡早起,适当进行体育锻炼;不吃过咸、过辣的食物,不吃过热、过冷及变质食物;少吃或不吃腌制食品,如咸鱼、咸肉、咸菜等,可以多吃一些抗肿瘤食物,如红薯、芹菜、菜花、番茄、大葱、大蒜等。

压力是重要的癌症诱因,保持良好的心态是预防肿瘤的好方法。

谢玲建议30岁以下的年轻人不妨定期做防癌体检,正常体检时可以拍胸片或胸部CT,以便早期发现肺癌。钡餐可以有效发现食管癌,有必要时可以进行胃镜检查。30岁以下的年轻人更要学会自检、提高警惕,如果某种症状已经持续多时,如干咳、痰中带血丝、乳头出水等,要及时就医。

此外,市中心医院主任医师张丽雅建议,有经济条件的市民,可以定期进行磁共振高端体检。磁共振能及时查出人体内的微小肿瘤,如小肝癌、股骨头早期坏死病变等。

