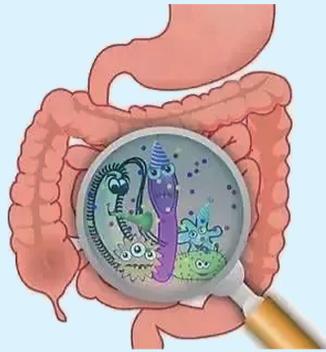


# 20年不做肠镜,息肉竟拖成癌

## 40岁后,一定要做一次肠镜

从41岁到61岁,这位患者体内直径5毫米的直肠息肉发展成了癌症。医生感叹“可惜了”,说他错过了两个重要时机。



### 1 直肠息肉20年后癌变

中山大学附属第六医院消化内镜科主任李初俊曾接诊过一个真实案例——

61岁的陈先生专程从300多公里外赶来就诊,称自己大便次数增多,伴反复便血3个月。作为消化内镜专科医生,李初俊敏锐地意识到:情况不妙!可能是直肠癌。

李初俊追问陈先生是否有既往病史,是否做过肠镜检查,患者竟拿出了

一份20年前的肠镜检查报告。

原来,20年前,陈先生曾做过纤维结肠镜检查,当时便发现有个直径5毫米的直肠息肉,但未加处理。20年来,他竟一直没有重视,再也没有做过肠镜。

这份20年前的纤维内窥镜镜检查报告显示:患者直肠上有一处约5毫米×5毫米的腺瘤样息肉,有发红短蒂,无活动性出血。

直径5毫米的息肉有多大?大约只有绿豆大小。

后来,李初俊为患者进行了电子结肠镜检查,在直肠距肛缘12厘米—17厘米见到一环2/5周肿物,直径4厘米—5厘米,表面糜烂坏死。

从肠镜检查所见基本可以确定:直肠息肉已经癌变为直肠癌,且已经不是早期。

### 2 医生感叹:错过两个重要时机

5毫米的直肠息肉,放任不管,20年后,它长大了足足10倍,成为50毫米的病变。原本是良性的息肉,发生了质变,成了直肠癌。

李初俊感叹:患者错过了两个重要处理时机,第一次机会是还未发生肠癌癌前病变时,患者未能在还是息

肉的这个癌前病变阶段接受肠镜下超微创切除,否则便可祛除癌前病变,预防肠癌。第二次机会是,息肉刚刚癌变时,早期也可以通过内镜,进行治愈性切除。若及时就诊,就可在内镜下进行超微创切除局部早期癌变的息肉,无需开腹,无需切除肠段,可以保持肠道

器官的完整性,避免肠癌根治手术带来的巨大手术创伤。

可惜,这个患者因拖延治疗,最终需要实施直肠癌根治术,切除了包括肿瘤在内的肠段。治疗过程中,患者必须承受肠道器官缺失和较大的创伤,也需要耗费较多的医疗资源和医疗费用。

### 3 医生:40岁后一定要做肠镜

在临床上,医生经常对超过40岁的人说,即使无症状,也要做一次肠镜检查。这并不是多此一举,更不是乱开检查项目。

河南省人民医院消化内科主任医师梁宝松说,人到中年,一定要做一次肠镜。原因其实很简单——

1. 结直肠癌症状非常隐蔽,早期几乎没有任何症状,或者症状很轻微、不典型;息肉更没有症状,只有做肠镜检查的时候才能够发现;其他方法,如CT、彩超、核磁等,都无能为力。

2. 九成以上的结直肠癌是由息肉演变而来的。及时发现并切除息肉,是预防肠癌最有效的手段。

3. 根据临床经验发现,人到40岁,超过20%的人长有息肉;过了50岁,超过30%的人有息肉;60岁—70岁的人比例会更高。

4. 发现息肉和早期肠癌,治疗非常简单,在内镜下就可完成,创伤也小,对预期寿命几乎没有影响。

《居民常见恶性肿瘤筛查和预防推荐(2022版)》强烈建议以下人群要及时做个肠镜——

- ① 45岁以上无症状人群。
- ② 40岁以上,有两周以上肛肠症状者。就是说,有以下任意症状且持续两周以上者:大便习惯改变(便秘、腹泻等);大便形状改变(大便变细);大

便性质改变(便血、黏液便等);腹部固定部位疼痛的人群。

③ 长期患有溃疡性结肠炎的患者。

④ 大肠癌手术后的人群。

⑤ 大肠腺瘤治疗后的人群。

⑥ 有大肠癌家族史的直系亲属。

⑦ 诊断为遗传性大肠癌患者的直系亲属,年龄超过20岁。

肠镜是检查肠癌的有效手段。中国工程院院士、上海长海医院消化内科主任李兆申表示,超过45岁,一定要做肠镜,若没有异常,做一次肠镜管5年、10年没问题,不会得结肠癌或直肠癌。

据健康时报



### “撸猫”让人快乐

《人类与动物学》杂志刊登的澳大利亚一项研究发现,与不养猫的人相比,养猫者总体心理健康状况更好,更快乐、更自信、更少紧张,而且抑郁、焦虑和睡眠障碍得分明显更低。

抚摸猫时,猫“喵喵”回应,有助人体释放更多的欣快激素催产素。“撸猫”时与猫零距离接触,能感受到毛茸茸的手感、温暖和具有安慰效应的呼噜声。非接触产生的振动能向大脑发出强烈的快感信号。研究人员表示,就连网络隔空“云撸猫”都能减少焦虑、烦恼和悲伤等负面情绪,增强希望、幸福和满足等积极情绪。

——生命时报

### 温差大 适合洋葱式穿衣

春天气温多变,昼夜温差较大,呼吸道疾病高发。可以采取洋葱式穿衣法,即像洋葱一样,剥掉一层还有一层,以便在气温变化大的环境下随意切换。

举例来说,就是最里面穿一件可以外穿的衬衣或无帽卫衣,外面搭配一件毛衫或马甲,最外面再加一件厚外套,可以是羽绒服,也可以是化纤棉服或皮衣。这样穿衣,在气温升高或降低较多时,都可以从容穿脱,不会受凉,也不会因捂得太厚而上火。

——生命时报

### 虾煮成“直角”最鲜嫩

虾不仅美味,还含有大量的优质蛋白质。如何挑选新鲜度高的虾?怎么掌握烹调的火候?其实都可以通过虾的体形来判断——

挑选时要知道,体形弯曲的虾比较新鲜。如果是冰鲜虾,虾头尾完整,头尾与身体紧密相连,虾身较挺,有一定的弹性和弯曲度的比较新鲜。

煮虾时,只要虾身弯到直角就熟了。鲜虾放入开水中煮,因蛋白质受热变性而收缩,本来伸展的虾开始变弯。当活虾弯到直角时,就可以关火了,这时候的虾肉多汁且鲜嫩;如果是冰鲜虾或冻虾,则需要煮到虾身弯曲小于直角,此时的口感比较好。

——健康时报

您还为颈肩腰腿疼困扰吗?

## 董家骨科膏药铺

止痛不是目的  
治痛才是目标

### 适用人群

颈椎病、腰椎间盘突出、椎管狭窄、骨质增生(骨刺)、坐骨神经痛、腰肌劳损、风湿、类风湿关节炎、关节肿胀变形、肩周炎等。

地址:沧州市运河区二中东侧工商银行南门外董家骨科  
电话:13731731212 17736989779

冀医广[2020]第5-16-120号

## 无痛催乳

轻松解决哺乳期奶少、堵奶、乳腺管不通畅、清水奶、大小乳等问题。

电话微信:

18730726672

无痛催乳刘老师

## 专业车险

代理各公司车险业务,人保、平安、太平洋、中路、国任、紫金、华农、大家……兼办验车,24小时道路救援,查勘定损,服务理赔一站式服务!

电话:13832738807

## 沧州佳航汽车服务有限公司为汽车一站式服务

经营:车险投保,定损查勘,道路救援,钣金喷漆,维护保养等一切车辆服务。

精湛的工艺,亲民的价格,让您省心省力更省钱!

地址:沧州市新华区海河东路(沧州荣复军人疗养院对面)

联系人:黄经理

电话:17888777771