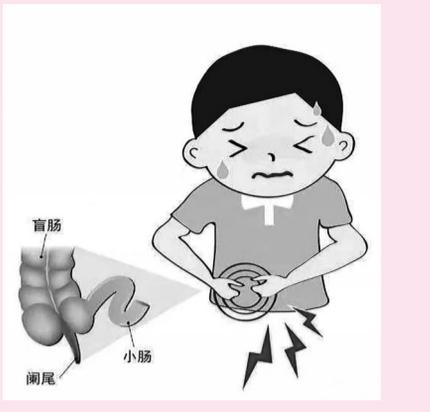


42岁演员患阑尾癌去世

医生:早期发现可手术切除,预防性切除没有必要

近日,曾在《X战警:逆转未来》中饰演“太阳黑子”一角的好莱坞演员阿丹·坎托患阑尾癌去世,年仅42岁。

传统认知中,阑尾似乎是一个可有可无的器官,竟然也会得癌?阑尾癌到底是一种什么样的癌症?恶性程度高吗?



1 总体发病率不高,大多是从阑尾炎发现的

浙江省肿瘤医院结直肠外科副主任鞠海星主任医师介绍,阑尾癌是在阑尾上的一种恶性肿瘤,总体发病率并不高,有很多病理类型,最常见的

包括阑尾腺癌、阑尾黏液性肿瘤和神经内分泌肿瘤这三种。

临床上,大多数阑尾癌都是从阑尾炎中发现的。很多患者初诊都是确

诊阑尾炎,在阑尾手术过程中发现阑尾上有肿块,或者阑尾术后病理中发现了阑尾腺癌、阑尾黏液性肿瘤和神经内分泌肿瘤等。

2 早期发现,可手术切除阑尾

阑尾腺癌和结直肠癌的预后差不多,而阑尾黏液性肿瘤根据分化程度,程度较好的黏液性肿瘤预后较好。

神经内分泌肿瘤根据分类和分级,大部分预后都比较好,但如果是G3级,预后就比较差。

从好莱坞演员阿丹·坎托现有病情描述来看,很大可能是阑尾腺癌,和

一般的结直肠癌类似,因阑尾肿瘤起病隐匿,起初没什么症状,或许导致无法早期发现疾病,到晚期肿瘤进展播散转移,回天乏力。

对于阑尾癌的治疗,鞠海星表示,早期还是以手术为主。如果病变范围和侵犯程度不是很深,病灶位于病变阑尾头部,做个单纯的阑尾切除就可以,手术效果比较好。但如果恶性程度

高、分化程度差,病灶位于阑尾根部,侵犯了整个阑尾,就需要进行回盲部的根治性手术。

鞠海星曾接诊过一位50岁左右的微胖男患者,因腹胀、腹痛来就诊,肚子像孕妇一样鼓起。腹部CT提示,男子腹腔有弥漫性黏液性改变,最终确诊阑尾黏液性肿瘤,失去手术机会。

3 小伙腹痛以为阑尾炎,一查竟是恶性阑尾癌

浙江大学二医院大肠外科副主任医师王达也接诊过阑尾癌患者。25岁的小林因为腹痛做了检查发现是阑尾炎,后来每次痛起来吃药后症状就缓解了,就这样陆陆续续拖了一年。有一次,小林右下腹实在疼痛难忍,吃了药也不管用,这才去当地医院检查。

做了检查后,才发现小林的阑尾已经是正常人的两倍大,还出现了腹水,马上转诊到浙江大学二医院。“我一看他的片子,就觉得肯定不是阑尾炎,而是特殊的阑尾肿瘤。”王达马

上为小林做了手术,果然,术中病理切片显示,小林患的是恶性阑尾癌,癌细胞都在腹腔内扩散了。

根据小林自述,他长期忽视右下腹的疼痛,如果阑尾炎症一直没有得到有效治疗,反复的炎症刺激,可能会诱发恶变。

医生提醒,不管是慢性阑尾炎,还是急性阑尾炎,未能及早治疗,就有可能发生阑尾穿孔、化脓,引起弥漫性腹膜炎等严重并发症,死亡率较高,侥幸存活者因肠道粘连,经常发生肠梗阻,

病人十分痛苦。同时,还有转变为阑尾癌的可能性。

阑尾炎主要表现为转移性的右下腹疼痛,刚开始中上腹或肚脐周围疼痛,数小时后腹痛转移并固定于右下腹,还有高热、恶心、呕吐等症状。一旦出现这样的症状,千万不要忽视,应及时到正规医院就诊。

按照阑尾炎治疗,没有好转,要意识到可能不是普通阑尾炎,也存在合并恶性肿瘤的可能,最好进行肿瘤相关的检查。

4 出现右下腹疼痛要重视,预防性切除阑尾没必要

或许有人会问,既然阑尾癌这么可怕,能不能提前预防性切除阑尾?鞠海星表示,没这个必要,阑尾癌本身发病率比较低,不推荐做预防性切除。

阑尾位置特殊,不在肠腔内,阑尾癌起病隐匿且发病率低,因此筛查起

来比较困难。从目前的研究来看,阑尾癌没有特别明显的高危人群。但参照结肠癌的高危人群,50岁左右、有恶性肿瘤家族史的人群应当更加警惕此类疾病。

如何揪出阑尾癌?

1.如果出现便血、腹痛、排便不

规律等症状应当引起重视,到专科就诊。

2.尤其是出现右下腹疼痛时,不要认为是简单的阑尾炎,而不当回事。

3.做完阑尾切除手术一定要做病理检查,排除潜在的肿瘤风险。

据红星新闻

健康 微观点

拍打臀部 可缓解妇科病

臀部肌肉丰厚,对盆腔内脏器有很好的保护作用。盆腔内的生理器官有子宫、卵巢、盆腔、膀胱,不健康的生活方式和习惯,如久坐、缺少运动、跷二郎腿等,会使臀部循环不畅、发凉、影响盆腔气血运行。同理,盆腔内脏器如出现病变,也会影响下肢血液循环,下肢出现酸胀麻凉等不适。

每天坚持拍打臀部5分钟—10分钟,可帮助疏通经络,缓解经路瘀堵引起的妇科问题。

拍打时,使用实掌刺激大,疗效更明显。为了减轻痛感,有时也可用空掌。如需要加强某些局部的刺激,可用手背拍打,以并排的手指背面指关节为主,因此处肉少,骨关节突出,比手掌更硬,拍打起来刺激更大。臀部肥厚之处则可用拳头拍打。用手拍不到或者用手力度不够的部位,可用工具拍打。

需注意的是,体质虚弱、气血亏损,子宫附件器质性病变或老年人要在中医师指导下使用此法。孕期、经期禁止使用该法。

——生命时报

微波加热 塑料颗粒会进入食物

有时拿到的外卖凉了后,我们会随用手微波炉“叮”几分钟,塑料盒中的美食就会恢复热气腾腾的诱人模样。殊不知,伴随着美食入口的,是数百万个微小的塑料碎片。

2023年6月,一项发表于《环境科学与技术》的研究,通过实验测量了塑料容器在不同场景下的微塑料释放量。

研究人员用来盛装食物的、标示着“可微波加热”的塑料容器。他们分别用去离子水模拟了牛奶等水性食物,并用乙酸模拟了橙子、西红柿等酸性食物。而后,根据食品接触物测试建议,他们用3个容器模拟了3种日常的使用场景:在室温、冷藏以及较高温的空间里储存食物。此外,他们还将两个聚丙烯塑料罐用微波炉高功率加热了3分钟。

实验结果显示,容器储存温度越高,会导致更多的塑料颗粒进入食物。当用容器装两种不同的液体放在3种不同的储存条件时,微波加热导致容器脱落的微塑料和纳米塑料都是最多的。

——环球科学

室内空气质量影响身体健康

虎尾兰、吊兰、仙人掌等植物可净化空气

近年来,人们对于室内空气质量与健康的关注日益增加。随着城市化进程的加快和建筑密度的增大,室内空气质量问题变得尤为突出。室内空气质量对于人们的健康影响巨大,不仅可能引发呼吸道疾病,还可能导致慢性病的发生和加重。

根据相关数据调查显示,当前市场上各种装饰材料虽然达到国家标准,但是仍然会释放一些有害气体,例如甲醛、苯等,如

果不能够及时清除,就会对人体造成较大的威胁,甚至严重的情况下还会造成癌变的可能。

利用植物来净化室内空气,减少对人体带来的伤害。

根据室内空气污染物的种类、浓度,确定最佳的植物种类和数量搭配,可以起到最佳的净化效果。

目前,较为常见的用于室内空气净化的植物有:

虎尾兰 用来净化空气起到

良好的作用。研究表明,虎尾兰可吸收室内部分有害气体,并能有效地清除二氧化硫、氯、乙醚、乙烯、一氧化碳、过氧化氮等有害物。

吊兰 养殖容易,适应性强,是最为传统的居室垂挂植物之一。吊兰能在微弱的光线下进行光合作用,可吸收室内80%以上的有害气体,吸收甲醛的能力超强,故又有“绿色净化器”之美称。

仙人掌 被称为夜间“氧吧”,仙人掌呼吸多在晚上比较凉爽、潮湿时进行。室内放置,特别是水培仙人掌,可以起到净化环境的作用。

常春藤 可盆栽供室内绿化观赏用。常春藤在绿化中已得到广泛应用,发挥着增氧、降温、减尘、减少噪音等作用。

龟背竹 净化空气的功能略微弱一些,但对清除空气中的甲醛的效果比较明显,有晚间吸收

二氧化碳的功效。

富贵竹 适合卧室的健康植物,可以帮助不经常开窗通风的房间改善空气质量,可以有效吸收废气,使卧室的空气得到改善。

橡皮树 可净化空气,可吸收空气里面的甲醛、氟化氢等有毒气体。如家里有吸烟的人,可买盆橡皮树放在屋里,它可以很好地净化空气。

张明琦