

67岁男子确诊乳腺癌中晚期

医生:男性患者家族高危人群会更多

在浙江宁波大学附属妇女儿童医院乳腺疾病诊疗中心,67岁的朱先生特别显眼。在这个几乎全是女性患者的病区,朱先生是唯一的男性患者。



1 67岁男子患上乳腺癌

前段时间,年近古稀之年的朱先生确诊乳腺癌,已是中晚期,肿瘤也有转移。家人百思不得其解,一个男人,怎么会得这种病。

浙江宁波大学附属妇女儿童医院乳腺疾病诊疗中心副主任唐鲁兵介绍说,乳腺癌并非女性“专利”,男性也会患乳腺癌,虽然发病率很低。

不可忽视的是,男性乳腺癌发病率近年来也有上升趋势。因为认知上的缺陷,男性平时很少会做乳

腺筛查,所以一旦患上乳腺癌,病情往往比女性要严重,存活率也比女性要低,预后更差。看着乳腺B超、钼靶和磁共振检查结果,朱先生还是接受不了这个事实:“我一个老头子,怎么可能得这个病啊,会不会是你们搞错了?”

朱先生今年67岁,是浙江人,早在4年前,他偶然发现自己胸部有个黄豆粒大小的硬块,因不疼不痒,也没什么不适,他也就没有在意。随着时间的推

移,朱先生发现那个肿块越来越大,摸上去至少有核桃大小。

家人发现后觉得不太对劲儿,反复劝说后,朱先生才同意到该院的乳腺疾病诊疗中心就诊,结果查出了乳腺癌这种男性少见的疾病。

在家人的鼓励下,朱先生逐渐从恐惧中走了出来。医生为朱先生进行了根治性手术,手术后医生根据病理结果开具了化疗及靶向等治疗方案。

2 男性乳腺癌发病有上升趋势

浙江宁波大学附属妇女儿童医院乳腺疾病防治中心副主任唐鲁兵介绍说,从身体结构来说,男女都有乳腺,因而男性患乳腺癌并不稀奇。只是男性患乳腺癌的比例比女性小得多,占所有乳腺癌发病率的1%。

但有个现象不容忽视,近年来男性乳腺癌的发病率有上升趋势。相比

于女性乳腺癌在45岁到55岁之间最常见,男性乳腺癌的发病年龄比女性要偏大一些,诊断的平均年龄大多在60多岁。

另外,男性乳腺癌一经确诊,往往比女性患者更加严重,预后也要差一些,这主要是男性认知缺失导致的疏忽。大多数男性以为男人不会患乳腺

癌,体检时也从 not 检查乳腺,即便有了乳腺肿块等发病迹象,如果是女性就会及时去医院检查,而男性大都不以为然,等出现疼痛、乳头回缩、出血、皮肤溃烂等症状时,已经是晚期了。男性一旦确诊,发生转移的概率就比较大,淋巴结受累的也比较多,预后也就会差很多。

3 男性患者家族高危人群会更多

据医生介绍,男性乳腺癌的发生,除大家熟知的压力、情绪等因素外,跟血液中雌激素升高也有一定关系,还有就是接触化学物品、电离辐射等职业暴露因素。

另外,一个最主要的危险因素就是基因突变,特别是BRCA基因突变。15%—20%的男性乳腺癌患者中,都可查出这种BRCA突变基因。

因基因突变,乳腺癌患者都有明显的家族聚集性。在所有的乳腺癌中,约5%—10%的患者具有家族遗传的特点,比如母亲和女儿、姐姐和妹妹可能

同时患有乳腺癌,业内称为遗传性乳腺癌。

绝大多数遗传性乳腺癌具有BRCA基因突变,有BRCA基因突变的人群,一生中罹患乳腺癌的风险高达70%。

男性乳腺癌发病率虽然非常低,但如果家族中有一个男性乳腺癌患者,那么有血缘关系的一二级女性亲属,都属于高危人群。这也是为什么乳腺肿瘤的大夫都有点“怕”男性乳腺癌患者,因为发现一个,后面一家子都是高危人群。

因此,一旦家族有这种乳腺癌患病史的,最好要定期进行乳腺检查。应从年轻时就开始筛查,25岁前B超检查,确认是否有乳房肿块,25岁以后钼靶检查比较好,必要时穿刺或者活检。

总之,如果男性发现乳房部位有可触及的肿块或有肿胀感、乳房表面皮肤凹陷和起皱、乳头发生内陷、乳头或者乳房皮肤泛红、乳头大小出现异常、或是乳头溢血、溢液等情况时,应及时到医院就诊。

据宁波晚报

生活中如何正确食用碘盐

食用加碘盐 食用碘盐是防治碘缺乏病的最有效策略。应当在当地正规商店或超市购买加碘盐,作为烹调食用盐,购买时要辨认清楚包装上必须有碘盐标识。

不购买私盐、劣质盐,以及腌制盐等非加碘盐。

起锅时放碘盐 碘在高温下会挥发。因此,炒菜尽量出锅时再加盐,更不能将碘盐在热油中和菜一起煎炸。

注意碘盐的保存 尽量随吃随买、

不囤盐,用棕色玻璃瓶或者陶瓷容器盛放碘盐,放置在凉爽、干燥、没有阳光直射的地方,远离炉火。

食用碘盐的量 按照居民膳食指南要求,5克碘盐中的碘量,能够满足大多数成年人每天的生理需求。

适当食用海产品 海产品中含碘丰富,正常人可适当食用。孕妇或者哺乳期妇女、学龄前及学龄儿童等特殊需要人群,碘的需求量比一般人要大。建议碘特殊需要人群可常吃些海带、

紫菜、海鱼等,可在不增加碘盐的基础上适当补充碘盐。

因碘酸钾比碘化钾稳定,我国及世界上大部分国家采用碘酸钾作为食盐的碘强化剂。

碘盐经烹饪后或者凉拌30分钟后,碘酸钾几乎不存在,不必担心碘酸钾碘盐的安全性问题。碘盐中的碘酸钾对食物中还原性物质的消耗量很小,不会产生健康风险。

王琳琳

健康

微观点

睡眠少的人易患糖尿病

近日,一项发布在《美国医学会杂志·网络公开》上的研究显示,糖尿病的发生不仅和不健康的饮食有关,还与睡眠直接相关。

研究显示:每天只睡3个小时—6个小时的人更容易得2型糖尿病;尽管健康饮食与2型糖尿病风险降低相关,但仍不能抵消睡眠时间短增加的风险。

研究人员分析,睡眠时间短可能会通过多种机制增加2型糖尿病风险,例如导致细胞胰岛素敏感性受损等。基于现有研究证据,将睡眠时间保证每天至少7小时,可能会降低睡眠不足的人群患2型糖尿病的风险。

——生命时报

压力不仅催人老还增加痴呆风险

随着生活节奏的加快,人们的压力也越来越大。早期的研究表明,压力会导致脱发、白发、肥胖等危害。

长期压力大会导致一系列健康问题,包括心脏病、糖尿病、抑郁和焦虑。不仅如此,压力还会加速衰老,甚至是增加痴呆、神经炎症风险。

此外,研究人员还发现,童年时期承受的压力较高,与老年时患神经炎症的风险较高有关,而炎症是神经退行性疾病的关键分子反应,表明儿童时期压力与成年期炎症增加有关。

研究人员表示,中年是阿尔茨海默症病理开始形成的时期,这些年可能是一个脆弱的时期,在这个时期,经历压力可能会对大脑健康产生长期影响。

压力大,加速免疫系统的老化,可能增加一个人患癌症、心血管疾病和感染新冠等疾病的风险。改善饮食和运动等,有助于抵消与压力相关的免疫老化。

——国际科学

腰粗的女性更易脑梗

俗语说“腰带长,寿命短”,腰围不仅是衡量身材的标准之一,也可以代表一个人的健康程度。

腰部脂肪堆积可能会引发脂肪肝、糖尿病、高血压等疾病。《中华流行病学杂志》上一项新研究发现,腰围超标,脑梗塞风险也会增加,且腰围越大,风险越高。

研究还发现,腰围和脑梗塞风险的关联在30岁—59岁的青壮年人群中更为显著,且女性腰围超标更危险。如果腰围超标,男性的脑梗塞风险平均增加72%,而女性平均增加了83%。

女性受雌激素的影响,脂肪大多分布在乳房、臀部及四肢。腰部肥胖对女性而言属于脂肪异常分布,因此,腰粗对女性的危害更为明显。

——生命时报

健康

2024年6月17日 星期一
责任编辑 马玉梅
技术编辑 乔文英

13

沧州晚报

健康热线: 315679