

我国胃癌患者约占全球40%

警惕“吃”出来的病魔



国家癌症中心近期发布的数据显示,全国胃癌的年发病人数超过35万,位列所有恶性肿瘤第5位;死亡人数超过26万人,位列恶性肿瘤第3位。我国胃癌患者大约占全球40%。

1 饮食不当导致胃癌发病率增加

近期,浙江大学医学院附属第一医院胃肠外科接诊了一位18岁患者。这名患者罹患低分化腺癌,这是一种易复发、易转移的恶性肿瘤疾病。

医生介绍,这位患者通常每周

吃3顿烧烤,还长期吃腌制食品和熏烤食品,导致胃癌发病率增加。患者在微创手术中切除了三分之二的胃,目前已经出院。

记者在北京、上海、浙江等地多家医院采访时,许多医生表示,像这

样的年轻胃癌患者在临床中明显增多,有的甚至是十几岁的未成年人。

专家介绍,虽然我国胃癌高发年龄集中在45岁以上,但近年来,屡有年轻人确诊胃癌,应引起警惕和重视。

2 如何预防胃癌

胃癌的死亡率位列所有癌症前三。专家称,胃癌确诊病例中,大部分都是幽门螺杆菌感染患者,且幽门螺杆菌在人群中可以相互传播。因此,根除幽门螺杆菌可以从源头上预防罹患胃癌的风险。

北京大学第三医院消化科副主任宋志强介绍,80%的胃癌都和幽门螺杆菌有关,根除幽门螺杆菌可以从源头上预防

胃癌的发生。北京大学肿瘤医院胃肠肿瘤中心病区副主任陈飞称,长期罹患幽门螺杆菌感染的病人,胃癌发病率是正常人群的6倍。

专家表示,目前,我国有接近一半人群感染幽门螺杆菌。幽门螺杆菌是一种典型的“病从口入”的可传染的细菌。人们在日常饮食中,同桌吃饭,不采取分餐制,有可能相互传染。

3 减少摄入腌制、熏烤食品

据介绍,饮食上喜欢吃腌菜、腌鱼的地区,属于胃癌的高发地区。专家表示,胃癌是“喂”出来的癌症,发病率和饮食密切相关,日常应特别注意健康饮食。

胃癌早期无症状,筛查是关键。据了解,早

期胃癌5年治愈率超过九成。然而,目前我国早期胃癌发现率总体偏低。很多出现胃部不适的患者,一旦被确诊是胃癌,几乎都是进展期。专家强调,胃癌早期无症状,筛查是关键。

据南国今报

为孩子点亮清晰世界的明灯

——记沧州爱尔眼科医院视光及小儿眼病科主任黄静

范洪雨 陈珊 摄影报道

在这个快节奏、数字化的时代,每一个微笑背后,都藏着对清晰视界无尽的渴望。尤其对于孩子们,那扇通往世界的窗,更是纯净而宝贵。沧州爱尔眼科医院视光及小儿眼科的领航者——黄静,与我们一同探索那些关于光明与希望的故事,感受那份用专业与爱心编织的温暖守护。

初见·医者仁心

初见沧州爱尔眼科医院视光及小儿眼科主任黄静,便被其温和的笑容和专业的气质深深吸引。在她的世界里,每一位患者都不只是病历上的一个名字,而是承载着家庭希望与梦想的独特存在。

黄静是中国女医师协会视光学分会委员、国际角膜塑形镜学会亚洲分会会员、中国健康管理协会接触镜安全监控与视觉健康专委会委员、河北省近视防控科普教育学会理事、爱尔眼科集团河北省区视光及小儿眼科学组副组长。她从事眼科工作20余年,熟练掌握眼科各种常见病、多发病的诊断及治疗。

黄静先后到天津眼科医院、北京同仁医院、沈阳爱尔眼科医院进修,擅长各种屈光不正的诊治、小儿斜视和弱视的诊治及规范化治疗,致力于儿



童青少年近视的防控,各种隐形眼镜的验配,如角膜塑形镜及RGP的临床使用,各种类型的低视力康复。

黄静常说:“眼睛是心灵的窗户,对于孩子,这扇窗更是通往无限可能的起点。”正是这份对光明的敬畏与尊重,让她在视光及小儿眼科领域深耕细作,用无尽的耐心与细腻,为无数家庭点亮了希望的灯塔。

专业·精益求精

在沧州爱尔眼科医院,黄静不仅是技术的引领者,更是创新的推动者。面对儿童近视防控这一全球性难题,她带领团队,突破传统框架,探索出了一套集科学验光、个性化矫正、视觉训练及家庭干预于一

体的综合防控体系。黄静强调:“近视防控,预防大于治疗,我们不仅要解决眼前的视力问题,更要着眼于孩子的长远健康,教会他们如何爱护自己的眼睛。”

孩子的视力发展有4个关键阶段,在不同的阶段,要带孩子做对应的检查,才能做好从“防”到“控”的全过程近视管理。

一查“远视储备”孩子眼睛还没近视的时候,要查远视储备。我们需要通过定期检查,了解孩子的远视储备是否充足,如果发现比最低值还少,就有即将近视的风险。

二查“真假近视”当刚发现孩子看不清东西,要查真假近视。如果错误配镜,就可能導致孩子的近视弄假成真。

三查“成为高度近视的风

险”当孩子已经近视,要查成高度近视的风险。如孩子已经近视且有这三个情况之一:学龄前就近视、近视度数增长过快、家庭成员有高度近视,就要特别注意,他可能是高度近视高风险人群。我们一定要采取科学的近视控制手段,避免孩子发展成为高度近视。

四查“高度近视并发症”当孩子已经是高度近视,要查有没有发生高度近视相关并发症,如青光眼、视网膜膜脱离等。高度近视眼人群的眼球就像一个被吹大的气球,视网膜就类似于气球壁受压迫而变得很薄,容易发生严重的眼部并发症甚至会致盲。

爱心·细微处见真情

当走进黄静的诊室,你会被一种温馨而又不失专业的氛围所包围。这里每一个细节都透露出对儿童患者的关爱与尊重。她总能用最温柔的话语、最生动的比喻,让紧张的孩子放松下来。

黄静讲述了一位患者的故事,主人公是一对母子,妈妈因先天性青光眼,仅残存微弱视力。她的孩子更是命运多舛,先天性白内障手术后无晶体眼,右眼因植入人工晶体时继发青光眼失明,仅有左眼无晶体眼且矫正视力低于0.1。

她们辗转多家医院,每一次的希望都如同流星划过夜空。她们找到了黄静。黄静深知,每一个生命都值得被尊重,每一个患者都值得被全力以赴地救治。因妈妈视力差,不能为孩子戴硬性角膜接触镜,黄静精心制定了治疗方案。黄静给予孩子镜架及弱视训练,耐心地指导孩子如何进行视力恢复训练。

在漫长的5个月里,孩子从最初的迷茫和不安,到逐渐适应了训练的节奏,每一次的进步都凝聚着黄静的心血和汗水。当孩子的矫正视力增长到0.3的那一刻,妈妈激动得泪流满面。她紧紧握住黄静的手,哽咽着说:“谢谢你,我孩子不用上盲校了。”这句话虽然简短,但是却蕴含着无尽的心酸、信任和喜悦。

经过一年多的治疗,孩子的视力达到了正常视力1.0,这是黄静用心血和汗水浇灌出的希望之花。她用自己的行动诠释了医者仁心的真谛,让每一个患者都感受到了生命的美好和希望的力量。黄静说,从医20多年来,类似的故事还有很多,每当这个时刻,她内心的感受只有两个字:“值得”。

在孩子成长的路上,小儿眼科医生是他们视界的守护者,用专业与爱心,为孩子们点亮清晰世界的明灯。