

# 十个问题认清胃癌,三类人最易被它盯上

与地区人种遗传性,饮食中烫食、烧烤、腌制类食物吃得较多,吸烟率高等因素有关。但胃癌是可防可治的,只要早期发现、早期治疗,治愈率可达90%



胃癌已是我国常见的恶性肿瘤之一,发病率居消化系统肿瘤之首。相比欧美人,中国人的胃受伤几率更高,更易被胃癌盯上。但胃癌是可防可治的,只要早发现、早治疗,治愈率可达90%。希望通过专家解答以下十个问题,让您认清胃癌。

## 1.胃癌是否有人种、地域、年龄等差异?

世界卫生组织发布的一份全球癌症报告显示,胃癌的人种、地域差异较明显。东亚地区是胃癌高发区,中国、日本、韩国3个国家的胃癌总人数约占全球的70%左右。这与该地区的人种遗传性,饮食中烧烤、腌制类食物吃得较多,吸烟率高等因素有关。

从年龄上看,胃癌的平均发病年龄为五十八九岁,但患者从几岁到90多岁都有。最小患者年仅9岁,具体病因不详。近10年,我国的胃癌发病率处于总体平稳、略有上升的状态。需要注意的是,年轻人发病率增速较快,高于全国水平,且绝大多数属于弥漫型胃癌,治疗难度相对较大。

## 2.胃癌有癌前病变吗?主要症状有哪些?

胃息肉、慢性萎缩性胃炎、残胃是患胃癌的高危因素。胃癌的发生是一个多因素、多水平、多阶段的发展过程。早期的胃癌患者,往往没有明显症状,或者只有上腹部不适、不典型的上腹部疼痛、食欲减退、饱胀、嗝气,少数可能会有黑便或呕血。而一旦症状较明显,往往说明胃癌已进入中晚期,主要表现为:不明原因的逐渐消瘦、贫血、低蛋白血症、浮肿,可出现持续性上腹痛,有呕血及黑便等。

## 3.哪些是胃癌的高危人群?如何早期发现?

一是有肿瘤家族史的人。在两三代亲属

中,有得过消化系统肿瘤或者其他肿瘤,其得胃癌的几率就会更高。应对方法是:比家族中患癌成员的最小年龄提前10年左右,做专业的肿瘤筛查,针对胃癌应做胃镜检查,每隔3年做一次,具体可根据医生建议。比如家族中患癌成员的最小年龄为55岁,那么在40岁时就做第一次胃镜检查。

二是有长期吸烟、饮酒,特别爱吃烫食、腌制和烧烤食物、高盐食物等不良生活习惯的人。这些习惯会对胃造成较严重的损伤,应及时调整。

三是有胃溃疡、慢性胃炎等胃病的患者。患有这些疾病的人要积极治疗,防止疾病进展,并定期去医院复查。

## 4.如果有慢性胃炎、胃溃疡等疾病,就会得胃癌吗?

有些胃病是胃癌的高危因素,需要引起重视,但有胃病,并不意味着一定会得胃癌。胃溃疡与胃癌明确相关,会加大患癌风险。长期、严重的慢性胃炎,如出现萎缩性改变、有肠化生或不典型增生的人,必须严密观察。生活中,及时告别不良习惯,戒烟限酒,少吃油炸、高盐食物等。此外,每年定期要看消化专科医生,他们将视你的具体情况,给出做胃镜、用药等具体建议。

## 5.幽门螺旋杆菌与胃癌关系有多大?

幽门螺旋杆菌是人类至今唯一一种已知的胃部细菌,它与某种类型的胃癌有一定相关性。如果查出幽门螺旋杆菌是阳性,且合并有慢性胃疾病,如慢性胃炎、胃溃疡等,将来患上胃癌的风险较高,应及时清除。不仅本人应清除,家人也应及时检查,同时清除。

## 6.做胃镜很痛苦,没有其他更好的检查方法吗?

检查胃镜如果不采取无痛措施,的确会比较痛苦。但目前来看,要想查出早期胃癌,只能通过做胃镜;用其他方式能查出的胃癌,已不是早

期,而胃癌的期别,直接影响着治愈率。

胃镜的厉害之处在于:它借助一条纤细、柔软的管子伸入胃中,通过底部镜子一样的探头,医生能直视胃部,将胃看得一清二楚,不放过一点细微变化。胃癌的早期表现非常隐秘,可能跟我们手上长了一个小斑块一样,只是胃黏膜的颜色发生了一点变化。目前的CT、造影等技术,能扫描出一定直径的胃部病变,但无法捕捉到如此细小的变化。因此,该做胃镜的人千万别犹豫。

## 7.胃癌诊断有“金标准”吗?

胃镜加病理活检是胃癌诊断的“金标准”,这是定性诊断,随后还要进行分期诊断。手术、放疗、化疗、支持治疗等是治疗胃癌的主要手段,其中手术是治愈早期胃癌的主要方法,而多学科综合治疗是目前胃癌最先进的治疗模式。它是基于患者身体状况、病情等综合判定,由相关的多学科专家,共同为患者制定一套诊疗方案,这对病情复杂的患者来说,非常有必要。如果患者的分期、诊断等非常明确,则按照胃癌的相关规范治疗即可。

## 8.如果得了胃癌,该如何科学就医呢?

要知道,不正规的治疗可能刺激肿瘤细胞生长,加大后续治疗的难度。

第一次诊疗对胃癌患者最关键。如果得了胃癌,大家一定要明确两点:第一步,务必找消化肿瘤专科就诊;第二步,要等医生做好充分的检查和评估后,再做治疗决定。

一定要给医生充分了解病人身体状况、分析肿瘤的时间,这样才能为你量身打造一套科学的治疗方案。值得注意的是,我国胃癌的治疗水平差异较大,患者也可以通过医生是否充分了解你的身体状况、耐受力、病情分期等情况,评判他是否专业。

## 9.1/3的癌症患者是吓死的,这种说法对吗?

很显然,这种说法过于夸张了。

事实上,癌症其实并不像我们想象得那么恐怖,很多人带癌生存,仍活得很精彩。患癌后,一定要调整心态,多与乐观的病友交流。对于康复期的胃癌患者,家人和同事也不必将他们当成“瓷娃娃”一样保护着,什么都不让他们干,反而容易让患者觉得人生没有价值。

## 10.胃癌的治愈率有多高

在我国,胃癌的治愈率平均为30%,在癌症中并不是特别低。具体到个人,治愈率的高低与胃癌分期直接相关。

早期胃癌患者,治愈率能达85%~90%,甚至更高;二期能达70%~80%;三期已属于中期偏晚,治愈率降至30%;四期则不足10%。

从种类上看,远端胃癌比近端胃癌的治愈率更高些,前者指靠近幽门等部位的癌症,后者指靠近贲门、胃体等部位的癌症。印戒细胞癌因更隐匿,且较易发生转移,治愈率较低。

与日本60%的胃癌整体治愈率相比,我国胃癌治愈率偏低。这主要是因为日本规定50岁以后要开始做首次胃镜检查,其早期患者占60%以上;而我国只有10%左右的患者发现时是早期。

## 富含维C食物可助防控白内障

一项最新研究发现,如果饮食中多吃富含维生素C的食物,可以帮助预防白内障,如果已经出现白内障,也能帮助大幅减缓疾病进程。

白内障是常见的致盲性眼疾,随着年龄增长,眼睛晶状体由于蛋白质变性而浑浊,影响视力。尽管现在已经可以通过手术来治疗白内障,但有些中老年人的白内障发现或治疗晚,仍严重影响视力。

英国伦敦大学国王学院研究人员说,这次研究最重要的发现就是,饮食中多摄入维生素C可以帮助控制白内障病程。“尽管不能完全阻止白内障发生,但简单地通过饮食调整多摄入维生素C,就能推迟白内障发病,或显著阻止病程恶化。”

研究人员认为,白内障病程进展的差异,大约35%要归因于遗传因素,而饮食等后天因素要占65%。而此前医学界认为,在白内障病程中,后天因素的影响并没有这么大。

至于维生素C如何减缓白内障病程,研究人员认为,这可能与维生素C的抗氧化能力有关。眼睛晶状体周围的液体中正常情况下维生素C含量较高,这可以帮助预防氧化作用发生。如果饮食中摄入更多维生素C,也许能帮助提高晶状体周围液体中的维生素C水平,提供额外的抗氧化保护。

不过,这项研究仅调查了通过饮食途径摄入维生素C,而不涉及通过药物补充剂摄入。



### 进步影城

《蝙蝠侠大战超人:正义黎明》3D 151分钟 票价80元  
13:00 14:50 15:30 16:10 19:10 19:50 20:40 21:15 21:50  
《叶问3》106分钟 票价60元 13:20 17:00  
《缘分》96分钟 票价60元 19:10  
《女汉子真爱公式》90分钟 票价60元  
13:10 15:20 17:30 19:00 22:30  
《疯狂动物城》3D 109分钟 票价70元  
14:10 18:05 19:20 20:00  
《神战:权力之眼》3D 128分钟 票价80元 13:15 21:55  
《床下有人3》90分钟 票价80元 22:20  
《荒野猎人》156分钟 票价60元 15:40 19:40 20:50  
网址:www.hyjbyc.com  
地址:衡阳市中山北路26—28号

### 红色电影院

《飞鹰艾迪》105分钟 票价50元 14:00(1厅)  
《蝙蝠侠大战超人》3D 150分钟 票价70元  
5:50(1厅)  
《蝙蝠侠大战超人》3D 150分钟 票价70元  
20:00(1厅)  
《疯狂动物城》3D 110分钟 票价70元 14:10(2厅)  
《喜乐长安》95分钟 票价50元 16:00(2厅)  
《半熟少女》95分钟 票价50元 19:00(2厅)  
《缘分》100分钟 票价50元 20:40(2厅)  
地址:衡阳市珠晖区临江路1号红色电影院  
电话:8331157