

消化道肿瘤指标有哪些

□本报记者 刘彩霞

随着生活水平的提高,人们对于自身健康的关注也逐渐增加,同时伴随现代医疗手段的进步,一些单位和个人会每年定期接受健康体检。在项目繁多的体检中,少不了消化道肿瘤标志物系列,而且每年通过检测肿瘤指标也会发现一些潜在的肿瘤隐患。因此,通过血液中消化道肿瘤指标的检测,可以实现对部分肿瘤的早发现、早诊治。那么,什么是消化道肿瘤指标?市民应该如何查看检查指标?带着这个问题,记者采访了市六院消化内科主任胡掌朝,请他为大家进行专业解答。

“首先大家应该了解什么是肿瘤标志物,肿瘤标志物是指肿瘤组织产生的可以反映肿瘤自身存在的化学物质。在正常或良性病变时几乎不产生或只是低水平产生。”胡掌朝表示,这些肿瘤标志物可以通过检测肿瘤患者的器官组织、体液(通常指我们自身的血液、腹水、胆汁等)以及粪便排泄物而发现。

据了解,在普通的健康体

检中,消化道肿瘤指标是通过抽血静脉血化验进行检测的。因消化系统涉及的脏器比较多,包括食道、胃肠、肝脏、胆囊、胰腺。因此,相应的肿瘤标志物也是种类繁多,并且有时其中一个器官发生肿瘤,会同时伴有多个肿瘤指标升高。那么,在体检中常见的消化道肿瘤指标有哪些?胡掌朝解释,消化道肿瘤指标主要包括甲胎蛋白(简称AFP)、癌胚抗原(简称CEA)、糖类抗原CA19-9、胃蛋白酶原I和II、糖类抗原CA72-4、鳞癌相关抗原(简称SCC)等。

其中,甲胎蛋白(简称AFP),是在胎儿发育早期由肝脏和卵黄囊合成的一种血清糖蛋白,胎儿出生后不久即逐渐消失。该指标通常见于活动性肝炎、肝癌,以及个别胃癌,特别是发生肝转移的病人也会发现AFP的增高。另外,在先天性恶性畸胎瘤和生殖腺肿瘤患者,AFP也会明显增高。“目前,AFP被公认是早期诊断和筛查原发性肝癌的特异性指标,一旦这一指标升高,市民应高度重视,及时配合医生进行详细检查治疗。”胡掌朝说。

本期解答专家



胡掌朝,市六院消化内科主任,副主任医师,本科学历;从事内科临床工作二十余年,

多次在省级以上医院进修;熟练掌握内科各系统常见病、多发病的诊断及治疗,开展无痛胃镜和普通胃镜检查,擅长各种消化系统疾病、肾病及血液病的诊治。



老爸老妈俱乐部活动

巧手编织遮阳帽



潘梅月老师(右一)为会员讲解编织技巧。

□文/图 本报记者 刘彩霞

春季适合外出踏青赏花,一顶漂亮的遮阳帽,不仅能抵挡阳光的照射,还能给整体着装增添色彩。4月3日下午,老爸老妈俱乐部工作人员举办公益活动,邀请俱乐部会员潘梅月担任授课老师,教授大家用钩针编织一顶遮阳帽。

20多名会员到齐后,授课正式开始。潘梅月老师先让工作人员把事先准备好的编织针法步骤打印出来分发给每位会员,再进行详细的讲解。“大家把毛线系个活结,随后钩针穿进去开始正常锁针十针左右,能环绕成一个圆圈即可紧缩到第一个锁针孔处,形成一个圈,拉紧活头结,一个小圆芯就完成了。”潘梅月老师一边示范一边讲解。看到大多数会员都完成了第一部分,潘老师又开始示范在圆心的基础上改变针法,进行第二圈和第三圈的锁针。在不断变换针法中,老妈们手里编织的圆圈正在慢慢变大。

看着容易,做着难。记者在现场看到,不少会员由于前期线绳没有拉紧,所以后来一圈一圈编织时看着不平整,只能拆掉重新来。个别会员曾经有编织经验,老师略微指点后就能迅速完成

帽顶的编织。在交谈中,得知潘梅月老师还会编织其他样式的遮阳帽,大家纷纷表示想继续学习。

时间过得飞快,不知不觉一个半小时过去了。除了个别零基础会员编织进度有些落后,大部分会员都已经掌握了基本针法。为了保证大家能制作出一个成品,结合会员们和潘老师的建议,下周三下午3点将继续在新闻大厦6楼教室开班,尽量让每位老妈都能完成遮阳帽的成品编织。

除了这些公益活动,老爸老妈俱乐部还开设一系列培训课程,为大家创造最佳学习机会,有兴趣体验的老爸老妈可以拨打电话15039571679(微信同号)或加微信抢先预约公开课体验名额。同时,微信扫一扫二维码关注“老爸老妈俱乐部”公众号,了解更多往期精彩活动花絮。



中医中药

春天更易失眠 中医教你食疗来应对

都说春困秋乏,春天失眠的人应该不多吧?事实却是,春季因睡眠问题就诊的人却不少,尤其以失眠、多梦、易醒为主。

中医专家介绍,失眠的原因很多,中医将失眠归因于五脏,不同症状的失眠是因为五脏功能失调,阴阳失衡而引起。根据不同类型的失眠症状,找到失眠的原因,就可以巧妙选用食疗调治。

春天阳气过旺也会致失眠

春天,由于自然环境、气候的因素,体内阳气生发,就很容易导致阳气过剩、阴液不足、阴气耗损。人也因此可能一直处于兴奋之中,无法安静下来,就会出现“心神浮越”的症状,最典型的表现就是夜间多梦失眠,入睡困难。

烦躁不安,时睡时醒——多因肝血亏

有些人晚上睡觉时,时睡时醒,虚烦不安,还会表现为头晕目眩、咽干口渴、舌红、脉弦细等,就属于肝血亏虚,虚烦失眠。针对这种情况,可多吃点绿色及口感带酸的水果,如柠檬、猕猴桃、梅子等。

感觉压力大、情绪低沉时,可服用玫瑰花茶、薰衣草茶,再加入具有安神作用的酸枣仁一起喝。

易做梦,睡醒不解乏——要养心神

有些人夜间多梦,同时伴有



心慌、健忘、面白、头晕乏力等表现,此种情况建议“滋阴、养心神”。可选择桂圆和适量的红枣、莲子及糯米一同煮成粥,早晚服用,能养心安神。

体弱者失眠——要滋阴补肾

对于一些年老体弱、久病不愈、劳累过度,或先天体质不足的人群来说,容易出现睡不安、时睡时醒、腰酸腿软等情况。这多是肾阴虚、心火旺所致,应滋阴补肾。食疗可选用山药、枸杞、粳米一同煮粥,安神助眠。

整晚睡不着——要清热泻火

进入更年期后,不少女性发现自己睡眠质量明显下降,难以入睡、夜间易醒,还总是急躁易怒、目赤口苦等。针对这种情况,调节原则主要以清热泻火为主。可以服食酸枣仁粥,将酸枣仁50克捣碎后取汁,用粳米100克加

汁煮成粥。

腹胀难眠——多因胃气失和

中医认为,“胃不和,则卧不安”,指的是胃气失和、消化不良、腹胀不适,就会导致夜间难眠。

此类失眠主要以预防为主:尽量晚上7点以前进食;晚餐只吃七分饱,菜品要清淡。尽量少食豆类、青椒等易产生胀气的食物,以及辣椒、大蒜及洋葱等辛辣刺激性食物。

两款食疗粥助眠

1.原料:党参35克,去子红枣10枚,麦冬、茯神各10克,大米50克。

制作:以2000毫升的水煎成500毫升,去渣后,与洗净的米和水共煮,米熟后加入红糖少许。

服法:每日早晚各服一次。适用于心悸、健忘、失眠、多梦等症。

2.原料:柏子仁10~15克,大米50~100克。

制作:先将柏子仁去皮、去壳和杂质,然后捣烂,与大米同时下锅煮,待粥将熟时,放入蜂蜜少许,稍煮1~2分钟即可。

服法:早晚各服1次,5~10天为1个疗程。能润肠通便,养心安神。

不管对于哪种类型的失眠,在进行食疗调养的同时,还应配合适当的锻炼。每天晚上最好用热水泡脚,按摩脚底“涌泉穴”,有改善睡眠的作用。 晚综

健康知识

长期贫血损伤心脏

贫血不是小问题,需到血液科进行正规治疗。长期贫血不光是缺乏营养,对心肺功能也会产生影响。有的贫血患者,血色素含量比正常人低一半,却依然感觉不到异常,干体力活都没事。但其实,在这样的情况下,对心脏造成的危害很大,时

间长了会导致贫血性心脏病。因为心脏的重要作用是为身体输送血液,贫血会让身体供血减少。供血一旦减少,心脏会更加拼命地工作,以弥补身体各器官的供血不足,到了晚期,心脏就会变大,进而导致心衰,还会造成肾脏缺血。 晚综