

对照看一看 你身上的痣有没有癌变风险?

及时关注

年仅36岁的歌手张恒远去世了，死因是脚底的黑色素瘤，他的去世让人们再次关注起这种有些让人捉摸不透的“痣”。在没有癌变之前，大家通常都认为那不过是一颗痣，谁身上没有十多个痣呢。但就是这些体表常见的痣，却有可能发生癌变而致人死地。

成都市第二人民医院医疗美容科医生、医学博士陈瑶说，色素痣在医学上称作痣细胞或黑素细胞痣，是表皮、真皮内黑素细胞增多引起的皮肤表现。一般来说，大部分的色素痣并不需要处理，但有少部分痣有恶变的可能，需要尽早切除。

那么，我们该如何分辨色素痣是否有危险？平常需要特别关注哪些变化呢？今天，我们请陈瑶博士来教大家。



NO.1: 位置特殊的痣建议切除:长在易摩擦部位,如腰部、手足、口腔、外阴等部位的色素痣,一般建议切除,因为这些部位在生活中经常被摩擦,容易引起色素痣的癌变。

NO.2: 颜色改变要及早就医:每个人都应当时常关注色素痣颜色的变化,当色素痣

出现杂色,如黑色痣外圈有红粉色等,就需要引起警惕,此时应及时就医切除,避免色素痣发生扩张、癌变等。

NO.3: 范围改变要及早就医:当色素痣突然变大,应及时就医处理,专科医生会对痣的变化进行详细检查,给出处理建议。

NO.4: 形状改变要及早就医:如果色素痣发生癌变,不仅颜色与范围会变化,形状也会有变化,出现不规则形状,向四周蔓延。当察觉有这些苗头时,应早早就医切除。

NO.5: 常破溃出血当心癌变:有些患者的色素痣经常出现表面破溃出血或出现卫星灶,这时候大意不得,应赶紧到医院确诊是否发生癌变。

NO.6: 硬度改变应考虑切除:软硬适中是正常的色素痣,而如果色素痣突然变得很软或者很硬,也是癌变的一种信号,应考虑进行切除。

NO.7: 感觉异常应及时处理:色素痣在正常情况下触摸不会有任何感觉,但当出现感觉异常如发痒、疼痛、脱屑等应及时处理。注意,“及时处理”并不意味着已癌变,但不排除有癌变风险,医生会根据具体情况提出个体化解决方案。

那么,除了以上辨别处理方式外,大家关心的治疗将如何进行呢?陈瑶博士说,祛痣的方式分为手术治疗和非手术治疗。在色素痣小于3毫米时,医生可以选择激光治疗,利用激光在瞬间爆发的巨大能量作用于色素组织,使色素击碎、分解,被巨噬细胞吞噬掉,随淋巴循环排出体外。而大于3毫米的痣可以选择手术切除。陈瑶强调说,色素痣若有上文中提到改变,还应进行病理检查,明确其性质,以便及时做出相应处理。

尚岚婷 成都日报锦观新闻记者 邓晓洪 供图 市二医院

健康警示

“把这页做完就去上洗手间,忍住忍住。”32岁的白女士在尿意来袭时在心中叨念,生怕打断了思路。作为文员,她常常为公司做各种PPT并处理其他文件,憋尿几乎成了一种习惯。但最近,当她出现血尿前往成都市第七人民医院泌尿科就诊时才发觉,自己要为坏习惯买单了:她不仅患有尿道感染、尿路结石,而且已经出现肾积水,再继续下去,就可能引发肾盂肾炎。

长期憋尿竟然有如此大危害?市七医院泌尿外科副主任医师陈丹说:其实远不止这些!

膀胱告急时,其实是在靠括约肌死撑

陈丹医生介绍说,膀胱是一个有弹性的容器,可以不停地蓄积尿液。当尿量达到150-250ml时,人就会开始有尿意,此时不论在做什么,都应放下手中的事情前往厕所。正常的成年人每天产生的尿量是1000-2000ml,每天排尿4-5次。一般情况下,当膀胱里的尿量有200-300ml时(一盒牛奶大约250ml),就会产生憋尿感,但通常此时膀胱还未装满,所以可以忍住;膀胱慢慢胀大,尿量持续升高,500ml、600ml、700ml……此时,膀胱内存告急,逼尿肌蓄势待发,但这时大脑又命令它不许尿,所以靠括约肌死撑。当尿量到800ml时,已达危险警戒值。身体预警一次两次还行,经常这样,就可能带来一系列的病理性改变,造成健康风险。

那么,长期憋尿将带来哪些健康风险呢?

憋尿引发的疾病,有些你想都想不到

在日常生活中,像白女士这样常常憋尿的不仅仅是职场人士,还有出租车司机、热爱麻将的麻友以及特殊岗位上的工人等。陈丹医生说,因为长期憋尿,让这部分人出现了各种各样的泌尿系统问题。

首先,膀胱弹性会下降,导致排尿无力,进而出现残余尿增多,甚至尿潴留的发生;其次,长期残余尿增多,导致膀胱结石产生,出现一系列临床表现,如尿路感染、血尿、排尿中断,甚至存在诱导膀胱肿瘤的发生;最后,长期的排尿困难,导致上尿路功能受损,影响肾功能,有的甚至酿成尿毒症。

憋尿引起的尿路感染是最常见的疾病,女性由于生理结构的原因,相比男性更易发生尿路感染,并且容易反复发。目前的研究显示,成年女性患尿路感染的数量大概是成年男性的4-10倍。

陈丹医生强调说,长期憋尿除了发生以上健康问题外,还可能诱发心脑血管疾病,因为憋尿会使交感神经兴奋,导致血压升高,有可能引起出血性脑卒中;另外,憋尿还会使心率加快,心肌耗氧量增加,从而引发冠心病、心绞痛或心肌梗死等。除此之外,临床上还偶尔接收到膀胱破裂以及慢性尿潴留导致的植物神经功能紊乱、男性前列腺炎及性功能障碍等。

“所以,大家一定要遵循生理规律,不要认为忍一忍就过去了。”陈丹医生说。 成都日报锦观新闻记者 邓晓洪

新闻快阅

我省受捐的新“复明8号”流动眼科手术车启用

本报讯(成都日报锦观新闻记者 邓晓洪)近日,亚洲防盲基金会和梁伟慈善基金会向四川省残疾人福利基金会捐赠,由成都中医药大学附属眼科医院负责实施的“复明8号”流动眼健康服务车正式启用。新“复明8号”配备有先进的手术间,将用于帮助我省边远地区困难群众和残疾人,为他们开展免费或部分减免的白内障复明工程手术。

据介绍,四川省有622.3万残疾人,其中视力残疾群体超过43万。成都中医药大学附属眼科医院负责人表示,新“复明8号”将沿着爱心的足迹继续面向困难群众,驶入基层百姓家,为符合条件的白内障患者开展专业的手术治疗服务,以公益行动助力健康四川建设。

“知感冒防流感”全民科普公益行四川站启动

本报讯(成都日报锦观新闻记者 邓晓洪)记者昨日获悉,由钟南山、高福、王辰等院士发起的“知感冒防流感”全民科普公益行四川站活动在成都启动。该活动通过现场设置知识科普区、合影区、亲子区等与市民开展互动,并采用专业药师现场答疑方式指导大家做好防护流感及常用感冒药的正确使用。

感冒分普通感冒和流行性感冒,其中流感具有广泛传播性,对公众健康危害大。而流感如果没有科学应对、科学用药,将导致病情延误,症状加重,严重的甚至危及生命。专家称,通过“知感冒防流感”全民科普公益行活动,可以让公众更科学、更全面地了解感冒和流感等呼吸道疾病的相关知识,让更多的人学习到科学的防治方法。

青年专家陈小朝担任四川省医师协会肛肠医师分会会长

本报讯(成都日报锦观新闻记者 邓晓洪)四川省医师协会肛肠医师分会换届选举会议于日前举行,41岁的青年专家、成都肛肠专科医院副院长、成都中医药大学硕士生导师陈小朝全票当选为第四届肛肠医师分会会长,而成都肛肠专科医院院长杨向东教授获得肛肠医师分会终身成就奖。

据了解,成立于2016年的四川省医师协会肛肠医师分会旨在团结省内肛肠领域一线医师,通过搭建平台交流学术、分享经验,共同促进肛肠专科医疗水平提升。

经典手术

86岁的骆爷爷突发呕吐,经诊断其患有较为恶性的胃癌——“印戒细胞癌”,并伴有多种基础疾病。记者昨日从成都市第三人民医院获悉,该院胃肠微创中心联合多学科团队,突破高龄禁区,通过腹腔镜为骆爷爷完成了肿瘤切除手术。

“骆爷爷的肿瘤位于胃食管结合部,已快将贲门完全堵住,所以才会发生吃饭之后呕吐

突破高龄“禁区” 86岁患者完成胃癌根治手术

的状况。”该院胃肠微创中心医生伍映鑫说。

据了解,老人已辗转多家医院,给出的答复均是手术风险大,需要开胸吻合。但对于一名高龄患者,无疑是一场难以抉择的“生死考验”。为解决这一技术难题,降低开胸吻合手术带来的风险,医院胃肠微创中心联合消化道肿

瘤MDT多学科团队,组织了多次联合查房和详尽的病例讨论,最终决定进行全腹腔镜下根治性全胃切除手术,并采用自主改良的“双向缝合式食管空肠overlap吻合”微创技术,大幅降低传统外科手术面临的风险及创伤。

面对该院接诊此类病例以来年龄最大的

患者,多学科团队制定了周密的手术计划和并发症应急预案,以及精细化的术后康复日程。

术后,骆爷爷仅在重症监护室过渡一天后,就转入普通病房,并于术后第2天开始进食流质饮食。目前,老人已顺利出院。

成都日报锦观新闻记者 邓晓洪

打造“无痛医院”!

成都市第三人民医院在国内率先践行的“无痛”理念让“温度”内涵升级

无痛胃肠镜、分娩镇痛,是两种被人熟知的舒适化治疗方式。实际上,“无痛”理念的应用远不止于此。

记者日前从成都市第三人民医院获悉,该院正致力于打造“无痛医院”,要将“无痛”这一概念深耕。“医院计划把‘无痛’理念覆盖到全就诊环节,让舒适化医疗惠及更多病人。”成都市第三人民医院党委书记徐俊波表示,疼痛已被世界卫生组织(WHO)确定为继血压、呼吸、脉搏、体温之后的“第五大生命体征”,国际疼痛学会(IASP)也提出,消除疼痛是患者的基本权利和医护人员的神圣职责,“我们的理念是建设有温度的医院,争当有温度的医者,‘无痛’理念不仅代表了一家医院的综合实力,更是‘温度医疗’的重要体现。”

那么,“无痛医院”究竟是如何实现“全面镇痛”呢?

面对疼痛 我们依然有很多误区

疼痛到底该不该忍?

“很多人对‘无痛’的理解存在偏差,无痛绝不仅仅是止痛。”市三医院外科三党总支书记、麻醉科付强主任表示,一部分疼痛是疾病的重要表现,可以给医生诊断提示,这部分疼痛断然不能简单通过止痛去掩盖;但从另一个层面来说,一部分治疗、检查等带来的疼痛应该得到干预和治疗,因为剧烈的疼痛会导致严重的病理生理反应,甚至给病人造成心理创伤,而疼痛的预防和治疗正是体现一家医院高质量医疗服务重要标准之一,“现代麻醉不仅仅提供临床外科手术的麻醉保障,同

时也包含急救复苏、疼痛诊疗和重症监护。”

正因为“无痛”基于“麻醉”开展,那自然绕不开另外两个让患者常见的担忧:麻醉之后会不会记忆力变差,甚至“变傻”?会不会醒不过来了?

“这几乎是每天都会回答的问题,大家对这些还是存有误区。”付强明确表示,截至目前,国内外大量研究表明全身麻醉不会导致患者智力及记忆力下降,而所有的无痛诊疗患者事先都要经过麻醉医师的评估,治疗过程中也会得到全程严密监测并做好应对急救方案以保障患者的安全。



麻醉科护航舒适化治疗

良好的铺垫 让“无痛”逐步覆盖

除了舒适化的治疗,对疼痛的治疗和干预也是“无痛”理念的重要环节。

疼痛科团队主要致力于解决患者遭遇的慢性疼痛,除传统针刺、针刀松解、外用特色制剂等中医药手段外,超声引导下的神经阻滞、超声引导下的PRP注射、射频神经消融、脊髓电刺激器植入、吗啡泵的内植入等西医疗手段被快速引入。“随着方式的多样化,有更多患者不必再受疼痛的折磨。”市三医院神经内科党支部书记、疼痛科主任王或以常见的带状疱疹举例,过去常采用的方法是传统针刺及神经阻滞来解决剧烈疼痛,但这一方法对很多疼痛已久的患者来说并不适用,以目前的技术手段可以采用射频消融患者止痛,“如果这一方法依然无法止痛,还可以考虑采用脊髓电刺激器植入的方式达到止痛并治痛的目的。”更重要的是,基于目前的治疗手段,除部分肿瘤患者需要在全身下进行吗啡泵植入外,更多的患者仅需要在局麻下通过微创介入的方式就能实现慢性疼痛的干预治疗。

有了一系列成功经验后,2022年,疼痛

无痛理念还将升级 计划打造“一站式”舒适化诊疗中心

在既有的“无痛”成功经验下,近日市三医院正式启动“无痛医院”打造。让“办一所有温度的医院”内涵再次升级,“无痛”理念又如何再提档?

“目前开展舒适化治疗的点位较分散,我们的目标剑指‘一站式’舒适化诊疗中心,这在国内也是屈指可数的。”付强介绍说,按照“无痛医院”建设规划,医院计划在院内打造“舒适化诊疗中心”,中心内设数个“无痛诊疗室”,由麻醉科和关联学科组,实现评估、麻醉、诊疗和复苏的“一站式”服务,以标准化、规



无痛后装



无痛拔牙

打造“无痛医院” 他们创造多项领先

市三医院提出打造“无痛医院”的理念,也经历了一个循序渐进的过程。在这个过程中,医患双方对“无痛”的理念深有体会,比如最早开展的无痛胃肠镜、分娩镇痛等,不仅解决了疼痛和不适的问题,更是大幅提升了患者的配合度,进一步保障了诊疗的质量。

除了一些常见的无痛诊疗项目,市三医院又率先将舒适化的理念在多个临床领域根植。例如“房颤舒适化治疗”,以往房颤射频消融治疗通常是在局麻下进行,患者除了可能感觉不适,在清醒状态下还可能产生巨大的恐惧。为了让医生更从容地操作,提升患者的治疗体验,市三医院麻醉科专门成立了一支心脏射频亚专业组与心血管内科等团队协作,攻克全麻状态下的射频消融面临的难题。市三医院心内科党支部书记、心血管内科张震主任介绍说,在这种以人为本的理念下,该院在全国率先实现房颤舒适化治疗,在缩短手术时长的同时,助力消融精准度提升,从而进一步帮助降低复发率。

再如“无痛经食道超声心动图”的投用。心彩超室主任熊峰介绍说,经食道超声心动图是将超声探头置于食管或胃里,在心脏后方探查内心结构与功能,从而诊断相关疾病,如果不是“无痛”检查模式,患者会有操作时带来的紧张感、咽反射、食道粘膜损伤等问题。而麻醉下“无痛”模式可以让患者免受上述不适而实现检查。

“之前听老朋友给我描述检查过程,从气管把管子插进去,哪是普通人能接受的啊?”患者老陈对此有发言权。因为连续咳嗽两个多月,58岁的他在老家检查后发现纵膈淋巴结肿大,怀疑患有肿瘤。确定疾病的性质,关系后续治疗的方式。经过市三医院呼吸与危重症医学科团队探讨,决定利用“超声引导下经支气管镜活检术”完成检查。“超声支气管镜经患者口腔进入气

管,无需额外的创伤。”市三医院呼吸与危重症医学科党支部书记、呼吸与危重症医学科主任李国平介绍说,虽然可以避免手术切口带来的痛苦,但检查存在舒适度低的问题,因为人体的气管极为敏感,即便是局部麻醉下进行,病人在检查过程中常因气道的刺激而呛咳、憋气,甚至有患者会因为不能耐受而被迫中止检查。为此,呼吸与危重症医学科与麻醉科团队携手合作,在全市范围内率先推出“无痛气管镜”检查——和无痛胃镜一样,由麻醉医师在检查开始前完成诱导麻醉,并在术中使用的麻醉药物给予短效麻醉剂,帮助患者迅速进入镇静、睡眠状态,应用喉罩完成气管镜检查。“患者将在全麻下接受检查,呼吸医生和麻醉医生将共用一个呼吸道,这势必会增加操作难度。”付强说,为了保障患者安全,多学科团队都会提前为患者开展综合评估并制定全面的应急预案,以化解可能出现的风险。近一个月内,无痛气管镜的数量已超过100例,检查全部成功。

宫颈癌是严重危害女性健康的常见恶性肿瘤之一,近距离腔内放射治疗是宫颈癌患者的重要治疗手段。不过,后装操作需要将施源器(放射源)放置于体内并堵塞固定,患者清醒状态下安装会有明显的疼痛,甚至出现全身肌肉紧张、面色苍白、出汗、心率加快等不良反应。但在这在市三医院也成了“过去式”——麻醉团队联合肿瘤二科团队针对宫颈癌后装放疗患者开展舒适化治疗,利用静脉麻醉方法让患者在全麻状态下接受放射源植入,走进了“无痛后装”时代。

而以上提到的,仅仅是一部分。无痛拔牙、无痛膀胱镜、无痛前列腺穿刺、舒适化医美……历经发展,“无痛诊疗”的理念已逐步在市三医院多个科室的诊疗项目中投用,总数量居市级公立医院前列。