

经历过一次肾绞痛的人，都会对痛不欲生“头想撞墙”的疼痛记忆深刻。然而，一名漂亮的女大学生一年里前前后后经历过3次这样的疼痛，而每次罪魁祸首都是肾结石！是什么原因导致女大学生身体仿佛像个“采石场”一样？能否有效预防？带着这些问题我们走访了江苏省中医院泌尿外科主任、华东地区结石病防治基地首席专家顾晓箭教授。

通讯员 冯瑶 陈雪花 现代快报/ZAKER南京记者 安莹

频频长结石，女孩身体就像“采石场”

频长石头，身体像个“采石场”

顾晓箭介绍，这名女大学生姓王，23岁，去年2月突然出现右腰部疼痛。一开始隐隐疼痛，后来逐渐加剧“就像东西在里面翻搅一样”不能忍受。当地医院转至北京检查治疗，后诊断为双肾铸型结石，进行碎石手术。手术后本以为这种疼痛再不会找来了，可是半年不到，又一次出现像上次的感觉，有了上次的经历，患者熟门熟路地又到了北京进行手术治疗。经历过两次疼痛煎熬的小王，确实被折腾不轻，感觉身体很虚弱。

多次复发，一定要查出病因

今年3月，当再一次发作肾绞痛时，小王由当地医院转到省中医院泌尿外科。经过相关检查、询问病史，顾主任带领团队对病人进行术前分析：该病人母

亲也有肾结石，很可能是家族性结石病；反反复复地长结石，除了进行有效地手术处理，术后要予口服中药保肾排石汤，以利于更好地护肾排石；并且要对结石成分进行分析、进行代谢评估，明确病因，方可有的放矢地进行预防。后再全麻下为病人进行左肾结石输尿管软镜钬激光碎石术，手术中发现患者肾盏中长满了白色的结石，而且质地坚硬。术后经过口服中药保肾排石汤，碎石很快排出体外，经过对尿液生化分析，结果是低镁高钙尿症、肾钙质沉着。

击碎结石，微创手术减轻痛苦

顾晓箭介绍，江苏省中医院泌尿外科拥有国际上最先进的输尿管电子软镜等设备，可以在“不开刀”情况下治疗各类复杂、疑难泌尿系统结石。过去这类病人往往需要外科手术取石，一旦病人为多发结石，则需多次开刀



漫画 俞晓翔

取石，严重影响患者的身心健康。目前，对这类患有疑难复杂结石病人，可通过微创手术进行治疗，在将结石击碎同时将结石颗粒吸出体外，取净结石，大大缩短了治疗时间，不仅节约费

用，也减轻了病人的痛苦。
据了解，肾结石的主要治疗方法有：体外冲击波碎石术、经皮肾镜取石术、输尿管镜取石或碎石术、腹腔镜下肾脏切开取石术和开放手术。

● ● ● 医生提醒

重口味、吃得太素肾结石都会高发

近5年来，江苏人尿酸结石的比例从原来的9%上升到11%。专家分析，这和江苏沿海地区经常吃海鲜或者大鱼大肉吃多了有关。而在江苏省中医院总结的“肾结石”元凶中，痴迷蔬菜沙拉，喝太多红茶都容易患结石。顾晓箭介绍，草酸盐存在于菠菜、苋菜、甜菜等绿叶蔬菜中。一般情况下，这些草酸盐会与肠道中的钙相结合，通过尿路排出身体。但当草酸盐含量过高时，会在尿液中浓缩结晶，形成结石。可以选择食用草酸盐含量较低的蔬菜，如紫甘蓝和花椰菜等。

专家表示，预防结石最有效的方法就是多喝水，要求24小时尿量大于2000ml，特别是夜尿量足，可以预防任何类型的结石。



江南出名医，我们这个栏目以名医为访谈对象，跟随名医坐诊，展现名医风采，普及医学常识，为老百姓就医提供方便。

这种癌偏爱明星，招惹它死路一条？

省肿瘤医院院长权威解释：并不是，一些淋巴瘤治疗预后在逐渐变好

上周是第23届全国肿瘤防治周，除了肺癌、胃癌等常见癌症外，不少人都关注起淋巴瘤。这一两年，不少明星死于淋巴瘤，娱乐圈人士是不是淋巴瘤的第一大高危人群？中国抗癌协会临床化疗专业委员会侯任主任委员、江苏省肿瘤医院院长冯继峰教授表示，并不是这样的。

通讯员 青林花 现代快报/ZAKER南京记者 刘峻 文/摄

木工、美容师等是淋巴瘤高发人群

可以肯定的是娱乐圈并非淋巴瘤的最大高危人群，主要因为大众对于名人的更多关注，越来越多的普通人了解到还有一种肿瘤叫淋巴瘤。无论是肿瘤流调还是医院的病理统计，都没有做过淋巴瘤高危职业的排名，但是从实际临床工作遇到的患者来看，城市地区、经济发达地区略高。不过从可能的发病原因看，大量研究表明接触杀虫剂以及除莠剂24-二氯苯氧乙酸可增加发病风险一些职业(印刷工人、木工、美容师等)患病几率高于正常人群。

发病率升高，且有年轻化的趋势

根据淋巴瘤最新流行病调查数据显示，全球范围内恶性淋巴瘤的发病率以每年3%至4%的速度递增，排名所有肿瘤发病率和死亡率第九位。全国肿瘤登记中心(NCCR)发布的最新统计数据表明，2015年，我国淋巴瘤新增病例发病率为88.2/10万。

淋巴瘤的发病年龄呈现两极分化，其年轻化趋势尤为明显。在我国所有人群里发病率排第十位，男性肿瘤发病率排第九位。发

病率的升高除了和多种内外环境因素的变化相关，与医学进步也息息相关。随着医学技术的发展，检测方法越来越丰富和检测精度越来越高，同时国家和社会对百姓健康的定期检查以及肿瘤早期筛查，也使很多淋巴瘤在较早期被医学诊断。所以我们在关注发病趋势的同时，更多地对自己的身体进行健康体检，早发现早诊断、早治疗。

得了淋巴瘤只能是“死路一条”？

淋巴瘤其实是淋巴细胞恶性增殖性疾病统称，可以分为几十种病理、侵袭性、预后截然不同的亚型。针对不同亚型的淋巴瘤，临床有不同的治疗方案，随着医学、药学的发展，治疗手段包括普通化疗、免疫化疗、放疗、干细胞移植和免疫治疗。尤其近10年以来，随着新靶点的发现和新型靶向药物的研发，针对淋巴瘤治疗的方法越来越丰富，部分亚型淋巴瘤的治疗预后也逐渐变好。比如有生长比较缓慢的惰性淋巴瘤，患者在合理治疗的前提下可以与肿瘤和平共处正常生活。

对于淋巴瘤我们不能畏惧，患者、医生、家属一起努力，才能争取最大的生存机会，甚至是治愈。



省肿瘤医院院长在义诊现场接受咨询

预防淋巴瘤，从生活中的哪些做起？

工作压力大、睡眠时间不足是很多上班族的“日常”，人体长期处于劳累状态会直接导致免疫功能下降，进而可形成严重的免疫抑制，在这样的情况下如果再遭遇感染侵袭，淋巴瘤的发生概率也会随之增加。所以应该给免疫系统一个恢复和休息的时间，睡眠是最好的调整免疫系统的方法。另外，心态也很重要，一个正能量、快乐的状态对提高免疫力是有益的。劳逸结合、作息规律、合理膳食等健康的生活方式，对于淋巴瘤的预防有着积极作用。每年一次的定期体检则可以帮助上班族及时了解自身健康状况。

● ● ● 相关新闻

20岁以后要做哪些防癌检查？

快报讯(通讯员 崔婷 记者任红娟)“我5年前得过胃癌，手术后身体一直不错，现在生活中需要注意什么呢？”“我妈75岁，这是她的病理报告和CT片，王主任帮我看看。”……4月17日上午，解放军第八一医院在医院门诊大楼前举行了全国肿瘤防治宣传周大型义诊活动，吸引到不少南京市民前来。解放军第八一医院全军肿瘤中心主任医师陈映霞建议，20岁以后不妨做好以下检查：

年龄	女性	男性
20岁后的风险	黑色素瘤： 每年皮肤检查 宫颈癌： HPV检查	黑色素瘤： 每年皮肤检查 睾丸癌： 每年检查睾丸
30岁后的风险	宫颈癌： HPV检查 乳腺癌： 定期检查乳腺	黑色素瘤： 每年皮肤检查 睾丸癌： 每年检查睾丸 结直肠癌： 定期肠道检查
40岁后风险	每年进行妇科 (宫颈、子宫、卵巢)检查	前列腺癌：排尿异常 常需检查 结直肠癌：定期肠道检查 胃癌、肺癌： 40岁以后高发
50岁后的风险	结肠癌：女性第二 大致命癌症 卵巢癌：50岁 以后高发 胃癌、肺癌须定期 筛查	前列腺癌、结肠 癌： 每年检查一次 胃癌、肺癌须定期 筛查