

在基层医院把病人管理起来 提升癌症生存率,看看他们的故事

4月15日~21日是第26个全国肿瘤防治宣传周,今年宣传周主题是“癌症防治共同行动”。现代快报记者采访了多位肿瘤患者,他们大多数都过了五年癌症生存率,最长的已经有30多年。

专家表示,通过肿瘤早筛和早诊早治、诊疗规范化、癌症康复管理,将会有效提升我国的五年癌症生存率,提高癌症患者的生活质量。

通讯员 赵艳
现代快报+ZAKER南京记者
刘峻 任红娟



如果你在寻医问药过程中,有什么不明白的事、有什么不愉快的体验,甚至遭遇了欺诈,请跟我们韶一韶。可以拨打现代快报大健康投诉热线96060,也可以扫码关注“乐活健康族”微信公众号。



他们的故事

医生说能活一年 可他却已活了三十多年

87岁的刘师傅虽然头发花白,但是气色和精神很好。“60多岁的人可都没有我的身体好。”他笑着对记者说,他真的没有想到自己能活到今天。

1986年他被确诊为结肠癌中晚期淋巴结转移,“手术切了42厘米的肠子,由于淋巴结有转移,医生当时说我只能活一年。”刘师傅说,当时家人不敢告诉他实情,都偷偷瞒着他,还找人写了一份假报告给他。

刘师傅说,等他真正确认自己得的是癌症时,已经过了一年。他追问家里人,“我老伴说,你看你现在活得不是挺好的,都过了一年了,癌症就癌症呗,好好治疗就是了。”当时他在江苏省肿瘤医院接受治疗,认识了江苏省肿瘤医院老专家江然。“每次到我治疗时,我忘记了,他会写信给我。”刘师傅说,他真的很负责,每次来看病时,因为有淋巴结转移,“他都会亲手摸一摸,看看我的淋巴结是否肿大。”后来江老到了止马营社区卫生服务中心工作,他就继续跟着江老。

“没啥诀窍,思想要放开。”说起自己的抗癌经验,刘师傅说,在积极配合治疗的情况下,心情一定要好,多参加各种活动,“我参加过模特队,现在在合唱团唱歌。”

患癌后 他做了捐献遗体的决定

“当年医生告诉我只能活三个月,现在我都活了十二年多了,”75岁的姜先生对记者说,2007年7月,他因为腰疼,去医院检查被确诊为前列腺癌晚期,并且有骨转移。做完手术后,恢复了一段时间,2008年1月,经过病友的推荐,他开始在江然这边做治疗。2009年5月指标都很好,就停止吃药,但坚持在江然这里进行治疗和一月一次定期检查。

生病后,他做了一个决定,“想在我去世后,把我的遗体捐给医学院”,他说,在2008年自己就有这样的想法,但是女儿和老伴都不同意,到2010年终于做通了她们的思想工作,“老伴也同意和我一起捐了,就是想作点贡献。”

如今,姜先生身上患过四种肿瘤,不过,他依旧以乐观的心态过着每一天。“得了病,不要背思想包袱,积极治就是了。”姜先生说,最近他的甲状腺查出有点问题,还要去看。

除了自己活得健康,他还忙于各种志愿活动,去感染更多的病友。他参加的“志友”合唱团,经常到社区,以歌声来宣传,也让大家感受“志友”的风采。“我们合唱团里,有好几个癌症病人,癌症病人都能上台演出,就是给大家树立个榜样。”

专家视点

管理好病人,提升肿瘤病人5年平均生存率

癌症是严重威胁百姓健康的重大公共卫生问题,给家庭和社会造成沉重经济负担,也是当前社会民生“痛点”之一。通过肿瘤早筛和早诊早治、诊疗规范化、癌症康复管理,将会有效提升我国的五年癌症生存率,提高癌症患者的生活质量。

在2019年11月22日江苏省癌症患者康复指导和随访管理项目启动会议上,江苏省肿瘤医院院长冯继锋说,肿瘤现在已经是多发病、常见病了。江苏最新恶性肿瘤发病率为304(1/10万),每年将近有27万人患恶性肿瘤,肿瘤康复工作任重而道远。发达国家,5年

平均生存率甚至达到了69.3%左右,个别肿瘤比如乳腺癌,5年生存率甚至达到了90%以上。我国目前还只有40.5%。若想提高肿瘤病人的生存率,一方面是要早诊断早治疗,但是另外一方面,康复指导和随访管理也很关键。

肿瘤的康复,需要一系列专业人士的指导,比如心理、运动、营养等。江苏省肿瘤医院副院长张勤说,如果每一位肿瘤患者都能及时得到专业人士的指导,那么5年平均生存率最高有望提升15%,这会大大缩短与发达国家的水平。

在基层医院就把病人管理起来

面对慢性疾病,建立起家庭、社区慢性健康管理模式,通过社区为居民量血压、测血糖等,在平时监测、预防。这样可以提高病人的生活质量,降低发病率,缓解就医难。

南京市秦淮区止马营社区卫生服务中心副主任薛坚认为,现在社区在管理慢性疾病,比如高血压、糖尿病等方面已经发挥了越来越重要的作用,“肿瘤其实也是一种慢性疾病,利用基层医院的优势,可以把这部分病人很好地管理起来。”

他说,肿瘤病人住院进行手术以及放化疗治疗,出院后需要有人专门指导和管理,社区在肿瘤病人后期的综合治疗中能发挥积极的作用,比如康复管理、中医药治疗、心理辅导等等。“更重要的是给病友们建立了一种圈子,让这部分病人在社区拥有自己的心灵家园。”

系统管理病人,和他们处得像家人一样

“这个病人得病已经有40年了”“张奶奶和老伴都得过癌症,现在俩人都恢复得很好”“那个病人歌唱得特别好,现在在社区免费教人唱歌”……说起她的病人,南京市秦淮区止马营社区卫生服务中心中医肿瘤科主任熊超可谓如数家珍,就像谈自己的家人一样。

熊超现在是江苏省抗癌协会传统医学会委员,擅长中医治疗肿瘤。她也是江苏省肿瘤医院老专家江然医术的传人。她说,除了江老发明的“划痕”免疫疗法之外,他对管理病人也很有一套,只要是在他这里看病的病人,他都会把每个病人的情况详细记录下来,包括疾病情况、治疗情况、下次治疗时间、通讯地址等等,每次病人到时间该治疗却忘了,江老会亲自写信给病人,要病人及时来治疗,后来有了电话方便了,就亲自打电话让病人来治疗。“他对病人很有爱

心、耐心和细心。”

继承了江老的这套对肿瘤病人的系统管理方法,有了电脑之后,熊超就开始把纸质的病人档案全部输入电脑,建立起一套肿瘤病人的电子档案。“现在电子档案里有四五百号病人”,熊超对现代快报记者说,时间最长的病人都已经有40年了,最新的病人也有刚做完手术的,“新病人都是老病人介绍过来的。”

为了更好地服务病人,从最早建立专门的QQ群到现在的微信群,熊超都花了很多心思去打理,平常病人在群里有什么问题,她都会及时地关注和解答。“病人的心情和心态很重要,我尽可能多关怀他们一点。”熊超说,对肿瘤病人的心理关怀和心理疏导是很重要的。“很多病人有的时候来治疗只是一方面,和医生聊聊、病友聊聊,很多事情也就能放下了。”