



“我最近大便总是带血，我不会是得肠癌了吧？”“疫情返工之后，总是时而便秘时而腹泻的，好几个月了，我不就是得肠癌了吧！”“我姐姐前几天做了个肠镜，说有什么息肉癌变了，我不会也有吧？”……在门诊总是能听见病人有类似的问题，谈癌色变，关于肠癌的早期筛查，现代快报记者采访了南京市中医院肛肠科主任医师朱勇。

通讯员 张明 莫禹凡 现代快报+/ZAKER南京记者 刘峻

## 肠癌早期筛查，你知道吗？

### 结肠癌的发病率明显增高

朱勇介绍，一般我们所说的肠癌指的是结直肠癌，包括结肠癌和直肠癌。我国结直肠癌发病率在所有恶性肿瘤中居第三位，死亡率居第五位，其中男性多于女性。我国肠癌发病上升主要是结肠癌发病增多，直肠癌的发病基本稳定。

序	内容
1	本人癌症史
2	一级亲属有结直肠癌病史
3	本人有肠道息肉史
4	黏液血便
5	慢性便秘
6	慢性腹泻
7	慢性阑尾炎或阑尾切除史
8	慢性胆道疾病史或胆囊切除史
9	重大精神创伤或痛苦事件史

- 备注**
- 慢性便秘是指2年来便秘情况每年累计大于4月
  - 慢性腹泻是指2年来有腹泻的情况累计大于3月，并且每次腹泻情况持续时间大于1周

根据结直肠癌危险因素调查及评估标准，符合以列1项的即为有风险人群，而4—9项中同时具有两项或两项以上者为高危人群，建议行肠癌早期筛查。

“一般随着肿瘤的增大和转移，肠癌患者才会逐渐出现症状，而早期几乎没有症状，因此早期

筛查尤为重要。”朱勇指出，资料显示，国内肠癌患者往往首诊以大便带血为多，这其中也包含了大便隐血实验阳性的肉眼难以辨别的血便。

约50%~70%的结直肠癌是在各种危险因素作用下通过“腺瘤——癌”的顺序演变而来的，此过程通常需要10~15年，这个长期累积的过程为早期筛查和早期干预提供了充足有效的时间窗。

### 结直肠癌的发病年龄有前移趋势

近年来，我国的一些研究发现，结直肠癌的发病年龄有前移的趋势，平均58岁，甚至更小。朱勇强调，“肠癌的发病，40岁是分水岭。”建议40岁以上的高危人群，即使没有症状，每年也应该接受一次大便隐血试验检查。如果隐血试验呈阳性，则应进一步肠镜检查以明确诊断；如果隐血试验连续3次都呈阴性，则可适当延长筛查间隔，但这个间隔不应超过3年。

大便潜血试验、钡灌肠造影等传统的筛查手段对诊断结直肠癌或癌前病变有一定的局限性，通常得不到理想的效果，最终还是需要行全结肠镜检查才能确诊。研究显示，结肠镜对结直肠癌的筛查以及肠镜下息肉切除术可以减少53%的大肠癌死亡率。朱勇表示：“中低位的直肠癌，可通过直肠指

检被发现。肿瘤生长到一定程度时，可触及包块。而CT、MRI、超声及肠镜等技术，都可用于辅助检查、明确诊断。其中，肠镜最为常用。”

朱勇说：“有症状高危人群如经两周对症治疗，症状还没有缓解，应及时作肛门直肠指检、大便隐血试验检查。如果其中任一指标阳性，则应先后进行肠镜检查、胃镜检查，以明确诊断。”

### 肠镜检查看什么

肠镜属于内窥镜检查，是用结肠镜的纤维管带摄像头的部位从肛门插入肠道，通常是插到结肠的部位，可以看到结肠内的情况。朱勇强调，肠镜可以在直视下观察肠道有无肿物，必要时还可以取组织做病理学检查，这是肠癌定性诊断的金标准。

肠镜分为无痛肠镜与普通肠镜，主要的区别在于人是否在意识清醒下进行手术。受检者在检查过程中会感受到软管穿过自己体内，并且会用腹胀感，稍觉不适，但并不会有太大痛感，因此不需要担心。

检查当天，需要对肠道进行一次更彻底的清理，因此需要服用泻药（医院一般选用复方聚乙二醇电解质散—福尔马林）进行肠道清洁。在这过程中，少部分人可能会出现恶心、呕吐的现象，这时要及时告

知医生。大多数人在检查过后会觉得稍有腹胀不舒服，这是正常的现象，一般过段时间肠内气体排出即可恢复正常。

特别提醒的是，疫情期间肠镜检查除需预约外还需行新型冠状病毒核酸检测，请您于检查日后7天内，携带报告并行肠镜检查。领取肠镜报告后，门诊随诊。

### 健康生活，预防肠癌从现在做起

那么我们平时生活中应该如何通过合理的饮食及运动预防肠癌呢？下列表格来帮助大家快速掌握。

肠癌正相关	负相关
高脂肪和动物蛋白，肉类食品（尤其是经煎、炸、熏、烤等高温处理）	天然蔬菜、水果、富含纤维素的食物、富含微量元素（钙、硒、铁、锌等）与维生素（胡萝卜素、VitA、VitC、VitE）
吸烟、饮酒、体力活动减少、肥胖和可能的致癌职业暴露等	多运动、多饮水、规律作息、养成良好排便习惯（规律大便、不久坐等）

朱勇提醒大家，保持良好的生活习惯和科学健康的饮食结构，是降低患癌风险的良方。另外，不要畏惧肠镜检查，一个有点痛、有点“麻烦”的检查，可以换来5年左右的肠道安全。

### 今年全省献血人数增加4750人次

快报讯（通讯员 陶玲玉 记者 刘峻）12月6日，2020年江苏省无偿献血宣传“进乡村”活动暨江苏省第四届无偿献血宣传月启动仪式在宿迁市沭阳县陇集李徐村举行。

江苏省卫健委副主任李少冬，对现场所有的献血者代表、志愿者代表表示诚挚的感谢，并宣布了江苏省第四届无偿献血宣传月活动启动。

今年初，新冠肺炎爆发，面对严峻挑战，江苏采供血机构抗击疫情勇担当，不仅保障了疫情期间的临床供血需求，还在疫情防控的关键时刻，先后三批援助了湖北11250毫升新冠病毒肺炎康复者恢复期血浆。据统计，江苏2020年1月至11月，全省无偿献血共计100.53万人次，总采血量达334.74吨，献血人数比去年同期增长4750人次，总献血量增加4.8吨。

“坚持献血，就是希望自己能够真正地为这个社会做一点好事，说不定我的血在危急时刻能挽救别人的生命。”活动现场，很多献血者都是固定献血者，马林就是其中一位，他是一名土生土长的沭阳人。20年来，他一直坚持无偿献血，截至目前已经累计献血50余次，献血量多达2万毫升。

## 小伙肾脏深处藏肿瘤 专家成功“拆弹”保肾

近日，电影《拆弹专家》火热上映。其实，泌尿外科专家也如同拆弹专家，拆除肾脏等器官里藏着的“定时炸弹”，保身体平安。近日，东南大学附属中大医院泌尿外科陈明教授团队运用达芬奇手术机器人成功为一名肾癌患者“拆弹”，还保留了肾脏功能，患者即将康复出院。

通讯员 刘敏 现代快报+/ZAKER南京记者 安莹 梅书华

### 没有任何症状，小伙被查出肾占位

前段时间，32岁的小李（化名），在体检中发现肾脏有占位，这可吓坏了小李。好端端的又没有任何症状，怎么肾脏就有了肿瘤呢？肾还能保住吗？

为解答心中这一系列的疑问，小李来到中大医院泌尿外科。进一步检查发现，小李肿瘤的位置“藏”在肾脏深处。但是为了辨明肿瘤的性质，以及防止肿瘤增大造成更大的风险，只有手术切除这一条治疗方法。但是该如何手术，既能保留肾脏功能，又能将肿瘤切除，不让他年纪轻轻就“孤肾一人”呢？这个难题抛给了手术专家们。

### 人机合一，“拆弹”成功保住了他的肾

“肿瘤位置这么深，用传统的腔镜手术，估计很难触碰到肿瘤位置。但是用达芬奇手术机器人，估计能解决这个问题。”中大医院副院长、泌尿外科主任陈明教授凭借丰富的

临床经验及娴熟的机器人操作技巧，当即制定出手术方案。

陈明带领手术团队成员陈恕求主任医师、王奕锋博士、卢凯医生等开始了紧张的“拆弹”。只见陈明与达芬奇手术机器人“人机合一”，他操纵着“达芬奇”的三个手臂和一个“探视镜”悄悄潜入“炸弹”附近，终于在肾脏的深处找到了“炸弹”。下一步就是拆掉“炸弹”，由于它靠近肾动脉等地方，稍不留神可能会“引爆”，引发大出血。但是“达芬奇”凭借着灵巧的手指，迅速反应，“稳住狠”将“炸弹”成功拆除。

陈明介绍，对于肾脏肿瘤患者的手术治疗，运用达芬奇手术机器人较常规的腔镜手术具有明显优势，既能干净切除肿瘤，又能保留肾脏功能，避免了肾脏“一锅端”切除和腔静脉的替换。

### 遗传、肥胖、抽烟……都是肾癌高发因素

引起肾癌的原因有哪些？专家介绍，肾癌高发于55~70岁，男性略多于女性。肾癌的发病机理尚无明确定论，但是跟以下几项有一定的相关性。



性：一是遗传，有家族史的人，肾癌的发病率会偏高。再者就是肥胖，如果体重在短时间内出现明显变化的话，就要引起重视。肥胖可能引起肥胖代谢、胰岛素代谢等能量失衡。高血压的病人也要引起关注，因为肾脏不仅是排泄器官，也是一个内分泌器官。在内分泌过程中会产生肾素、血管紧张素、醛固酮等可以引起高血压。此外，肾癌还与吸烟等有关。

王奕锋介绍，患者有吸烟史10年，每天半包烟，还有不规律饮酒史10多年。这与患者的肾癌，可能有相关性。

### 出现血尿、腰痛、腹部肿块，可能肾癌已到晚期

专家提醒，一般早期肾癌没有症状，大多是在体检中发现。临床出现血尿、腰痛、腹部肿块“肾癌三联症”的已经不到6%~10%，这些患者往往已经到了晚期。

据介绍，肾癌患者的血尿常为无痛性间歇发作肉眼可见全程血尿，间歇期随病变发展而缩短。肾癌出血多时可能伴肾绞痛，常因血块通过输尿管引起。肾癌血尿的血块

可能因通过输尿管形成条状。血尿的程度与肾癌体积大小无关。肾癌有时可表现为持久的镜下血尿。大约1/3至1/4肾癌患者就诊时可发现肿大的肾脏，但是肾脏位置较隐蔽，肾癌在达到相当大体积以前肿块很难发现。一般腹部摸到肿块已是晚期症状。腰痛是肾癌常见症状，多数为钝痛，局限在腰部，疼痛常因肿块增长充胀肾包膜引起，血块通过输尿管亦可引起腰痛已如前述。肿瘤侵犯周围脏器和腰肌时疼痛较重且为持续性。专家建议，高危人群每年进行一次腹部的B超检查，早发现早治疗。