不良饮食和生活习惯或诱发食管癌

肺栓塞和肺梗死该做什么检查？急性心肌梗死会传染吗？贲门萎缩能动手术吗？9月27日上午9:30~10:30，本报健康热线0551-62623752，邀请合肥市第三人民医院胸心外科主任魏祥志与读者交流。

傅喆 记者 李皖婷/文 倪路/图

本期专家 魏祥志

1984年毕业于皖南医学院，现任合肥市第三人民医院胸心外科主任、主任医师，在食管、贲门、肺、纵隔、胸壁及心脏大血管外科疾患的诊治方面均有较深的造诣，尤其擅长食管、贲门癌等胸部肿瘤的外科治疗。

不良饮食和生活习惯或诱发食管癌

读者：食管癌形成有哪些原因？

魏祥志：大量的流行病学和实验室资料证实，某些化学物质（如亚硝胺）、营养缺乏（如维生素A、维生素C、维生素B2等）、不良饮食和生活习惯（如长期进食过热、过快，经常食用油炸食品、摄入水果蔬菜过少、长期吸烟喝酒等）、生物因素（霉变的玉米等食物产生的黄曲霉菌素等）、遗传因素、精神因素、慢性反流性食管炎尤其是Barrett食管等均与食管癌的发生密切相关。研究显示，吸烟者食管癌的发病率增加3~8倍，饮酒者增加7~50倍。

轻度吞咽哽噎感可能患上食管癌

读者：如何才能早期发现食管癌？

魏祥志：食管癌发病的早期信号：1.轻度吞咽哽噎感，这是最常见的食管癌早期症状，约占50%~60%；2.吞咽时胸骨后疼痛不适感，约占早期食管癌患者的48%；3.吞咽时食管内异物感，约占20%，“异物感”呈吐之不出，咽之不下；4.食物下行缓慢并有停滞感，约占14%；5.咽喉部干燥紧缩感，约占30%；6.咽下食物时剑突下持续性隐痛不适感，约占20%。早期食管癌需与慢性咽喉炎、胃食管反流病、食管憩室相鉴别，最好的鉴别方法为内镜和X线钡餐造影。

X线钡餐造影、内镜可检查食管癌

读者：食管癌的检查方法？

魏祥志：食管癌的诊断一般包括四个步骤：第一是明确诊断，确定病变部位和病理组织学诊断；第二是判定临床（术前）TNM分期；第三对患者全身状态及手术耐受力的评估；第四是手术切除后病理确定最终TNM分期。一般认为，如果不能获得食管癌病理组织学诊断，就不应按食管癌治疗，无论是化疗还是放疗。临床中也可见到多次内镜活检阴性的食管癌患者，此时需反复内镜检查或手术探查。诊断食管癌最常用的方法有X线钡餐造影、内镜、胸部CT和食管超声内镜等，其中前两项检查对诊断食管癌必不可缺，CT用以明确肿瘤大小、部位、侵犯周围脏器的范围和程度，判断切除的可能性。

食管癌治疗方法很多

读者：食管癌有哪些治疗方法？

魏祥志：食管癌的治疗原则是多学科综合治疗，常用的治疗方法有：1.内镜下黏膜切除（EMR）：适合早期食管癌及癌前病变；2.手术治疗：食管癌的首选方法，包括肿瘤的完全性切除和系统淋巴结清扫，对于晚期食管癌无法手术者，为改善生活质量，可行姑息性减状手术，目前腔镜下食管癌手术创伤小，恢复快；3.放射治疗：颈段和上胸段食管癌手术的创伤大，并发症发生率高，而放疗损伤小，疗效优于手术，应以放疗为首选。4.药物治疗：化学药物治疗和中药治疗。

做好预防工作，减少食管癌发病

读者：有哪些预防食管癌的方法？

魏祥志：做好预防工作是减少食管癌发病率的根本措施，主要包括：1.改变不良的生活习惯：戒除吸烟喝酒的习惯，少吃油炸、烧烤食物；减少亚硝酸盐摄入，不食用霉菌污染的食物；2.保护食管，减少食道黏膜慢性损伤因素：吃饭细嚼慢咽，不吃过硬过热食物，尽量减少物理、化学物质的刺激；3.营养均衡：蔬菜、水果中富含胡萝卜素、维生素C、维生素E、叶酸等营养元素，应适当多吃；大蒜、海产品、谷物、蘑菇、芝麻、蛋类等富含硒元素，有防癌、抗癌功效，应适当多吃。4.保持规律生活：心情愉快，劳逸结合，坚持锻炼身体，增强防病抗病能力。

一周病情报告

脑健康月 关注身边癫痫患者

每年9月份是“脑健康月”。近年来，我国神经系统和精神疾病发病率呈逐年上升之势，这引起了社会各界的广泛关注。据合肥市一院神经内科专家朱幼龄主任介绍说，癫痫是由多种疾病引起的一种阵发性的脑性能障碍，需要长期服药治疗，做好家庭护理十分重要。

专家建议，家人对癫痫病人一定要鼓励、疏导、劝说，解除其精神负担，积极做好心理护理。长期正规准时用药是治疗成功的关键，定期复查，复查时一定要把病人的病历及各项检查资料带往，以供医生参考。避免病人过于劳累，尽量避免单独行动，限制具有危险性的工作和活动如登高、游泳、驾驶车辆、带电作业以及在河海湖边等。

搞好饮食护理，禁止烟酒。食品以丰富营养、易消化和平淡为宜，多吃蔬菜水果，禁用辣椒等刺激性食品。病人要随身携带扼要病情诊疗卡，以备万一发作时能及时得到有效的处理。留意病人的精神状态与发作先兆，及时保护，以防自伤或他伤。特别对有精神症状和智能障碍的病人，更应加强监护。

苏洁 记者 李皖婷

下期预告

中医治疗便秘

什么人容易得便秘？什么情况下可以诊断为便秘？便秘有哪些类型？什么季节容易引发便秘？中医有什么缓解便秘的好方法吗？10月11日上午9:30~10:30，本报健康热线0551-62623752，将邀请安徽中医药大学第二附属医院（安徽省针灸医院）肛肠科副主任医师马春耕为广大读者解疑答惑。

马春耕，副主任医师，手术治疗便秘达到国内先进水平并取得良好的临床效果。一次性根治手术治疗直肠脱垂、环状混合痔、高位复杂性肛瘘、肛周深部脓肿等术式，创伤小，恢复快，外观结构和功能良好，临床疗效满意。开展结直肠癌、大肠慢传输腹腔镜下手术治疗十余年，处于省内领先地位。

王津淼 记者 李皖婷

医疗新闻

天气转凉，谨防小儿腹泻

随着一场场秋雨的落下，许多大人都感受到了丝丝凉意，而儿童是对气温变化最敏感的群体之一，伴着气温的不断下降，很多医院的儿童输液室里都人满为患，多数都是肠道、消化道、呼吸道疾病患儿，其症状主要表现为腹泻、发热、咳嗽等。

据合肥市二院儿科医生介绍，由于入秋后天气转凉，人体的消化功能逐渐下降，肠道抗病能力也减弱，稍有不慎，就可能发生腹泻。儿童在感染期间多表现为急性腹泻症状，大便呈现蛋花汤样，并伴有发烧、呕吐、腹胀、肠鸣等临床症状，有的还会出现脱水、抽筋、电解质紊乱，严重时甚至危及生命。专家提醒有轻度腹泻症状的患儿，家长应注意少量、多次地喂些清淡流质饮食，可口服米汤加盐；而脱水严重的患儿则应及时到医院就诊，不能自行处理，更不能擅自服用抗生素等药物。

医生建议首先应注意孩子保暖，避免受凉，要加强锻炼，提高孩子体质，增强抵抗力。其次要注意饮食卫生和环境卫生，多吃新鲜、清淡、易于消化的食物，切忌暴饮暴食，防止病从口入。

朱沛炎 记者 李皖婷

老人吃重阳糕，有益健康最重要

重阳节快到了。昨天上午，合肥市来安路社区党委组织辖区小朋友们动手做重阳糕送老人，表达对爷爷奶奶的关爱，让老人们感动又开心。不过专家特别提醒，对于老人来说，吃点心要吃对，否则反而容易影响健康。

国庆节马上到了，子女多会买点心孝敬老人。但像重阳糕这样的高碳水化合物、高脂肪、低蛋白的食物，空腹食用后，会促使胃酸分泌过多，引起泛酸、甚至烧心等情况出现，尤其是胃病患者，更易诱使发病。肥胖、糖尿病、高脂血症、冠心病以及胃肠功能不好的人，应少吃、慎吃或不吃。

当发生消化不良时，应暂停进食，适当使用助消化的药物，最好在医生的指导下使用。若是轻微的消化不良，可采用饭后散步、腹部轻柔按摩。平时应保证充足的睡眠，保持心情舒畅。另外，经常去户外活动，多参加体育锻炼可以增强身体热量的消耗，尽快消除不良症状。

陈文霞 吴莉 傅洁晗 记者 李皖婷