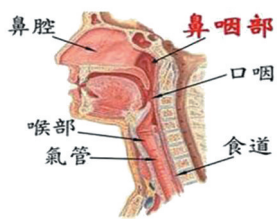


警惕“隐秘的杀手”鼻咽癌

——访大同新和医院耳鼻喉科主任乔泰峰

本报记者 王芳



鼻咽癌是我国高发的恶性肿瘤之一，也是耳鼻喉恶性肿瘤之首，近年来呈上升趋势。年龄最小3岁，最大86岁，在40~55岁高发。因鼻咽癌发病部位隐匿、早期症状不典型，不痛不痒，不影响学习和工作，导致患者延迟就医，即便是有些不适也未必会把这些症状与鼻咽癌联想到一起，等到了病症严重后，再去医院检查，大多数已是鼻咽癌晚期了。

鼻咽癌不易被发现

23岁的小彤常年鼻塞，她一直以为自己是过敏性鼻炎，也没太当回事，可近期她出现了耳鸣，而且耳朵总感觉很闷，好像游泳时耳朵进了水一样。来到耳鼻喉科就诊，没想到经过检查，最终被确诊为鼻咽癌。“早期，鼻咽癌可能没有明显的症状，或仅有一些类似鼻炎的表现。”大同新和医院耳鼻喉科主任乔泰峰介绍，鼻咽癌的症状不典型，可能有鼻塞、涕中带血、耳鸣、头痛等。其中，鼻塞、耳鸣或鼻涕带血很容易被认为是上火或鼻炎问题。在所有因该病首次就诊的患者中，仅有不足三分之一的人能被确诊，她说，鼻咽的位置特殊，就像一间位于鼻腔与口咽之间的“密室”，所以鼻咽癌病灶位置比较隐秘，且症状不具有特异性，极易被漏诊和误诊，等到真正确诊为鼻咽癌时，绝大部分患者已属于中晚期。而且，相对来讲公众对鼻咽癌的认识程度不是太高，这个病不像肺癌、乳腺癌那么普及。

生活中，如果出现以下症状，就需要提高警惕。

涕血和鼻出血：轻者可引起涕血（即后吸鼻时“痰”中带血），重者可致鼻出血。

耳部症状：耳鸣、耳闷、听力下降等。临床上不少鼻咽癌患者即因耳部症状就诊而被发现的。耳鸣伴随的堵塞感：鼻炎患者有时可能会出现耳鸣现象，而健康人有时也会出现耳鸣现象，所以单纯的这一

现象并不会引起人们的注意。

鼻部症状：长时间鼻塞。初发症状中鼻塞占15.9%，确诊时则为48.0%。很多人会有流涕、鼻塞等鼻炎症状，一般情况下鼻炎往往会很快治愈。对于一些顽固的“鼻炎”，就要小心鼻咽癌的侵扰。

头痛：是常见的症状，有的患者以持续头痛为鼻咽癌的初发症状。临床上多表现为持续性偏于一侧的头痛，部位多在颞、头顶。一般认为是鼻咽受肿瘤侵犯，破坏颅底骨质或压迫神经、血管所致。引起头痛的原因很多，如果出现持续性头痛，应及时进行头颈部检查。

眼部症状：鼻咽癌侵犯眼部常引起视力障碍（可失明），视野缺损，复视，眼球突出及活动受限，神经麻痹性角膜炎。

颈淋巴结肿大：无痛、质硬。乔泰峰介绍，患者通常是洗漱时在下颌角的位置能够摸到一个圆形或卵圆形的硬块，但不痛不痒，不影响生活和工作，于是大部分人选择忽略它，极个别患者发现小硬块长久存在，可能会就医，但往往很难在第一时间确诊癌症，大多被误诊为淋巴结炎，吃消炎药确实会有一定效果，肿块会一定程度上缩小，患者也就不会再次多次就诊了。这样会导致局部淋巴结越来越大，由“黄豆”变“鸡蛋”大小，淋巴结肿大的部位也变得越来越广。

皮肤炎：皮肤炎患者的恶性肿瘤发生率至少高于正常人5倍。

乔泰峰特别强调，如感冒引起鼻塞、鼻涕带血，短期可以恢复，但若是症状一直持续且有加重，尤其是清晨第一口痰中带血，就要及时到医院确诊，而有肿瘤家族史的高危人群更要小心。

鼻咽镜检查对诊断极为重要

早筛查、早发现，是应对各类肿瘤的有效手段，鼻咽癌也不例外。乔主任介绍，特别是有鼻咽癌家族史的人，应进行鼻咽癌筛查。一般鼻咽癌诊断常做的检查主要通过病理检查确诊，其他的还有详细的询问病史、头颈部的检查、EB病毒血清学检测、影像学检查，以及磁共振或CT进一步的检查。

由于鼻咽癌初期误诊率非常高，鼻咽癌早期筛查尤为重要。乔泰峰指出，鼻咽部的特殊结构，导致了鼻咽癌生长位置隐秘，既看不见也摸不着，必须借助特殊影像学检查工具才能发现。鼻咽镜检查对早期诊断极为重要，电子鼻咽纤维镜检查能全面观察鼻咽部，照相、录像及活检，适用于咽反射强或张口困难的患者，有利于发现早期微小病变，是检查鼻咽部最有效的现代工具。

乔泰峰最后提醒大家，不要谈癌色变，注意警惕鼻咽癌的各类症状表现，及时就医，转变生活方式，有针对性地检查身体，早期诊断、早期规范化治疗是提高鼻咽癌疗效的最佳途径。

甲状腺结节会自愈吗？



36岁的马女士前几天体检检查出有甲状腺结节，医生建议继续观察，她很疑惑，“我的结节很小，医生建议继续观察，是不是就意味着结节并不严重，可以自行消失呢？”门诊中，经常会有人提出这样的疑问：“结节确定了是良性，是不是就不用管了？”“甲状腺结节可以自愈吗？”

甲状腺是人体的内分泌器官，平时没有做好甲状腺的保暖工作、经常性熬夜、经常性情绪不稳等都可能诱发甲状腺结节。

甲状腺结节是甲状腺细胞增生形成的

肿块，这个过程是不可逆的。结节一旦生长，是不会自行消失的，如果没有能及时采取措施进行干预，还可能会越长越大。所以甲状腺结节一般不会自愈，它会一直存在于甲状腺内部。但是囊性的结节是有可能自己消失的，而实性、囊实性的结节一般不会，总的来说甲状腺结节自愈的可能性较低，不同类型的结节治疗方式也有所不同。

查出甲状腺结节时，建议及时进行控制，改善饮食和生活习惯，必要时进行相应

治疗。它的发病和情绪有很大关系。发现结节之后，患者一定要注意情绪调节，保持情绪稳定。有些患者发现自己有结节之后变得非常焦虑，经常会担心结节是否会恶变、会不会继续长大、要不要手术……经常反复纠结这些问题，反而不利于疾病康复，所以一定要学会放松心情，调节情绪。同时，要注意自身工作压力和精神压力的调节，甲状腺疾病与人的情绪健康息息相关，作为患者首先要做的就是保证自己的情绪健康。（王芳）

三类人不宜喝黄酒



黄酒营养丰富，含有21种氨基酸，故被誉为“液体蛋糕”，那是不是人人都适宜喝黄酒呢？市田源酿造有限责任公司总经理高瑞举说，当然不是，有几类人是不宜喝黄酒的。

首先是肝病者。因为黄酒含有一定量的酒精，由于肝病患者肝功能不健全，对酒精的解毒能力下降，会使毒物在肝内

积蓄，肝细胞受到损害，进一步加重病情。因此，肝病患者应戒酒，以减轻肝脏负担。

其次是慢性胃炎患者。慢性胃炎是由胃酸腐蚀胃黏膜而引起的。黄酒中含有一些特殊成分，能减少或阻滞胃黏膜合成，从而使胃酸损伤胃黏膜有了机会。所以，患有慢性胃炎的人不宜喝黄酒。

最后是泌尿系统结石患者。在黄酒中，不但含有钙和草酸，而且还含有乌核苷酸，这些物质均可促使尿路结石的发生。因此，患有肾结石、输尿管结石的患者，尽量不要饮黄酒。

大同市田源酿造有限责任公司

联系电话：5555559

（广告信息）