



相关数据显示，世界上每年因肺癌死亡的人数多于乳腺癌、前列腺癌和肠癌人数的总和。我国是肺癌高发国家，每年约有40万人被确诊。

# 肺癌：你应该知道的那些事

## 健康提醒

肺癌已成为中国乃至全球发病率和死亡率最高的恶性肿瘤，是名副其实的“癌症第一杀手”。面对全球日渐严峻的肺癌形势，世界肺癌联盟于2001年起，将每年的11月定为“全球肺癌关注月”。

### 早期发现很重要

在全球范围内，肺癌已成为一个严重的公共健康问题。马俊勋表示：“在确诊的肺癌患者中，非小细胞肺癌(NSCLC)是目前肺癌中最常见的类型，约占所有肺癌病例的85%。

马俊勋说，随着医学的发展，肺癌的治疗策略也越来越丰富，抗血管生成治疗、靶向治疗、免疫治疗……治疗方式为广大患者提供了全面的个体化治疗选择。

可显著延长患者地生存时间，提高患者的生活质量。目前，早期肺癌通过治疗可以获得长期生存，所以，通过筛查，肺癌的早期发现至关重要。

### 多种手段助治疗

肺癌一方面需要早筛查早治疗，另一方面对于晚期肺癌患者来说，肿瘤免疫治疗有多种新的选择，帮助患者延长生存期。

目前，随着科技的进步，“驱动基因”检测呈阴性的肺癌患者，其治疗也打破了传统“单纯化疗”的局限性，针对“驱动基因”阴性患者，应用抗血管生成药物联合化疗，可以明显延长患者的生存时间。

据介绍，抗血管生成药物的作用机制主要是通过抑制肿瘤血管生成，干预肿瘤营养供应，抑制肿瘤生长，从而达到“饿死”肿瘤、降低转移概率的目的。

获益，疾病进展风险降低60%，死亡风险降低32%，有效控制了疾病的进展，获得国内外指南的一类推荐，同时获得全球肺癌专家的一致认可。

### 多款新药入医保

随着治疗水平的不断进步，目前肺癌已被定义为可控的肿瘤，即使发现肺癌也有很多新的方法可以治疗。

2017年国家有关部门通过谈判，将多款恶性肿瘤创新药物纳入医保报销范围，其中，用于治疗肺癌以及结直肠癌的抗血管生成的靶向药物——安维汀(贝伐珠单抗)，就被纳入医保范围。

“过去由于靶向药物不在医保报销范围内，出于经济考虑，医生和患者在对靶向药物的选择上往往多有所顾虑，这在客观上限制了抗血管生成药物靶向治疗在我国的临床应用。”

## 链接 有效预防很重要

肺癌的早期症状很不明显，甚至没有症状，但也有些须高度警惕的症状。咳嗽是较为常见的主要症状，经过对症治疗后不见好转的话，就要考虑肺癌的可能性。

专家提醒，长期吸烟、有肿瘤家族史、有职业暴露史等人群应特别注意，另外，房屋装修、厨房排风设施和烹调方法等也应尽量做到环保，同时，避免雾霾天气

长时间在户外工作，生活规律，劳逸结合，保证睡眠等，都有助于预防肺癌的发生。此外，应每年进行肺癌检查。健康人群自35岁起，应通过低剂量螺旋CT进行肺部留片。

## 高危行为后不久出现一些“急性期症状”，是否说明感染了艾滋病病毒？

### 预防艾滋 关爱健康

感染了艾滋病病毒会出现一些症状，但有了类似症状并不代表感染了艾滋病病毒。

诊断艾滋病病毒感染首先要考虑的是流行病学史，即是否有过高危行为，但做出诊断依据的是实验室检测结果。由于艾滋病病毒感染的症状没有特异性，没有一个症状是与艾滋病病毒感染一一对应，因此不能只根据发热、腹泻、肺炎、乏力、皮疹、鹅口疮等一两个症状就断定感染了艾滋病病毒。

断，即艾滋病病毒抗体的检测。所以对于那些仅根据症状就怀疑甚至于断定感染艾滋病病毒的“感染者”来说，完全没有必要抓住那些仅有的证据到处咨询。

(据中国疾控中心性病艾滋病预防控制中心)

## 治 每周一方

【处方】防风10g，苦参15g，白鲜皮15g，蛇床子10g，地肤子12.5g，蝉蜕10g，蒺藜(炒)10g，连翘10g，甘草12.5g，黄芩7g。【制用】此方为1剂量。每日1剂，加凉水煎煮3次，共煎取药液750—1000毫升。分3次(早饭后、午、晚饭后)温服。【功能】清热解毒，燥湿止痒。【主治】湿热内蕴引起的荨麻疹、夏季皮炎、湿疹等皮肤瘙痒。【禁忌】忌食辛辣、鱼腥、油腻之品。(白城市中医药老科协：王文卿)

## 洗衣服这件小事 居然有这么多个误区

### 你知道吗

洗衣服是每个家庭都会做的事，把脏衣服泡一泡，洗一洗，晒一晒，在肥皂、洗衣粉、洗衣液的强力去渍功能下，衣服很快就会光洁如新。

误区1：洗衣皂可以杀菌。网上流传，洗衣皂偏碱性，能破坏细菌体内的渗透压，因此有助于杀菌。但北京化工大学副教授刘洪涛告诉笔者，洗衣皂的主要成分是表面活性剂，只能清洁衣服污渍，并没有杀菌作用，添加了杀菌成分的洗衣皂才有杀菌作用。

杀菌目的。他还建议，用杀菌皂洗衣服最好用水多冲洗几次。误区2：新衣不洗就穿会致病。有人说新买的衣服不洗一下就直接穿，上面残留的甲醛会致病，这听起来是一件挺恐怖的事情，那么这是不是真的呢？新衣服在生产、加工环节中会引入少许甲醛，作为助剂成分发挥防皱、柔顺、成形、免烫作用。

## 美容时尚

# 画眼线易得干眼症

化妆时画的眼线是亮眼的“必备神器”，甚至还有人为了方便，选择纹眼线。这样做对眼睛有什么影响呢？

长期画眼线的人经常会觉得眼皮紧绷、沉重，眼睛痒、干燥、发涩，非常容易疲劳，也会出现暂时的视力模糊，对外界光、风、烟的刺激敏感，且伴有异物感，分泌物也会变得黏稠，这些都是干眼症的表现。

如果生活中需要化妆，该如何保护眼睛呢？第一，定期更换眼线笔，开封后使用时间最好不要超过3个月，降低感染的几率。不要与他人合用眼线笔，避免交叉感染。

纹眼线对设计、操作要求高，一旦纹上，形状和颜色就不能改了。纹眼线不当同样导致睑板腺功能受损，因此很多爱美的女士得了干眼症。

## 《健康教育服务规范》答疑(二)

4. 与2011年版相比，《国家基本公共卫生服务规范(第三版)》(以下简称“规范”)中，关于健康教育的重点人群中删除了“农民工”，是“农民工”无需列入重点人群吗？

答：随着我国经济和城市化的发展，大量农村剩余劳动力向城市转移，形成“农民工”群体。《规范》中提出的重点人群删除“农民工”，主要是考虑该群体正在越来越多地融入到流入地，成为“新市民”。

5. 关于健康教育印刷材料的种类核定？答：《规范》中要求每个基层医疗卫生机构每年提供不少于12种内容的健康教育印刷材料，主要考虑材料种类应该尽可能涵盖当地主要健康问题，健康教育材料的内容要和当地健康问题相吻合。

白城市卫生计生委 白城日报社 主办



很多人说，肥皂是碱性的，洗衣粉是酸性的，两者不能混用，因为酸碱中和衣服就洗不干净了。然而专家的观点却恰恰相反。“可以混用，搭配使用效果可能更好。”