

# 喉癌早诊早治,他们康复如初

4月15—21日是我国第30届肿瘤防治宣传周。喉癌作为头颈部常见的恶性肿瘤,可对患者的发声、吞咽、呼吸功能造成恶劣影响,严重威胁生命安全和生活质量。喉癌的发病年龄多为50—70岁,男性远高于女性。

治喉癌,既要保命,又要保喉功能。目前,早期经典治疗方案已从传统的开放手术进入到二氧化碳激光微创手术时代。然而,即使是二氧化碳激光微创手术,仍存在一定缺陷。比如,二氧化碳激光不能拐弯,无法精准到达喉腔任意部位;温度较高,对正常组织烧灼较重,病人术后易出现肉芽和瘢痕狭窄。

为此,湖南省人民医院耳鼻喉头颈外科学科主任肖旭平教授带领团队经过多年探索,率先在全国开展等离子点状激发技术治疗早期喉癌、下咽癌。自2019年10月以来,已为全国225位患者实施手术,成功率达95%以上,患者术后3年生存率100%,复发率仅5%。该专利技术受到国内外学者和学术机构的广泛认可。肖旭平说,只要做到喉癌早发现、早诊断、早治疗,病人完全可以像正常人一样生活。

**早预防:成年男性声音嘶哑、咽部异物感超2周要警惕**“我术前说5分钟话,喉咙就发不出声,现在说一两小时都没问题,发声和生病前一样!”4月11日,从湖南张

家界来长沙复查的王先生告诉记者,他2019年被确诊喉癌。“当时心情很沉重,以为活不长了……”经医生朋友介绍,他找到肖旭平。肖教授安慰他是早期,只要做个微创手术,术后可以跟正常人一样。“手术不到半小时,住院3天,我就出院了。第二个月我就回工作岗位了,至今还在打理公司。我年年复查,快5年了,没再复发。”王先生说。

肖旭平指出,王先生的喉癌治疗效果很好,贵在做到了早发现。据他介绍,喉癌在我国有南北差异:南方人爱抽烟,以声门型喉癌为主;北方人爱喝酒,喉口周围易癌变,以声门上型喉癌为主。声门型喉癌容易早发现,因肿瘤长在声门上,早期易出现声音嘶哑,长期抽烟的40岁以上男性,如声音嘶哑持续两周以上,一定要做高清喉镜进行排除。声门上型喉癌早期症状不典型,长期大量饮酒的40岁以上男性,一旦有持续两周以上的咽痒、异物感、吞咽不适感等,要尽早就诊。

**早筛查:高清喉镜能发现肿瘤毛细血管改变**湖南娄底70岁的张先生因声音嘶哑在当地做喉镜,发现喉咙里长了东西,但医生无法判断良恶性,推荐他到湖南省人民医院就诊。在高清喉镜下,医生发现他的声带已癌变,幸运的是还是早期。“我们用等离子微创术为他进

行了治愈性切除。现在3年多了,他状态仍很好。”肖旭平说。

“高清喉镜和频闪喉镜可早期发现喉癌和下咽癌的蛛丝马迹。我们医院在早期诊断上有优势,我们有目前世界最先进的高清喉镜,可早期发现肿瘤表面的毛细血管改变(如蚯蚓样改变、点状改变、毛细血管膨大),便于医生第一时间定位喉癌,精准抓取病变去做病理活检。”肖旭平还带领科室制定了咽喉肿瘤早筛技术规范,在湖南省开展了早癌筛查的规范化培训工作,是湖南省县级公立医院耳鼻喉专科能力建设项目的牵头单位,还是国家耳鼻喉病临床研究中心适宜技术推广示范单位。

**早治疗:等离子手术较传统手术优势显著**“早期喉癌,以往都是做二氧化碳激光切除术,我本人也是做激光手术的医生,但还是看到了它的局限性。”肖旭平积累了丰富的临床经验,作为湖南最早一批接受等离子手术技术的专家之一,他认识到等离子手术的优势和不足。“离子手术的优点是消融、切割、吸引、止血为一体,且温度低(40℃—70℃),对正常组织损害小。而二氧化碳激光温度高(300℃—3000℃),术后患者出现的肉芽和瘢痕较多。但当时的等离子刀头太粗,很难较多地保留正常的声带组织。



肖旭平(右一)在给早期喉癌病人做等离子微创手术

欧美新一代刀头非常细,且有特殊角度,使其能到达喉腔的任意部位,便于医生发现和切除声带前端、声门下及喉室里的病变。这恰恰解决了激光手术只能直线传播、不能拐弯的缺陷。”肖旭平把该技术进行了改良,又跟国内有关厂家一起研发国产等离子刀头,拿到了相关专利。相关研究课题获得了省卫健委创新课题、市自然科学基金项目,得到了10万元基金支持。有美国、澳大利亚同道惊呼:“等离子手术竟可以这么做!”

据了解,等离子微创治早期喉癌,有3个优点。1.经口进入,无需气管切开,手术时间短(5分钟—2小时)。2.费用仅需2万元左右。3.创口小,住院1—3天,预后快,病人很快能进食和发声。“株洲一位82岁喉癌患者,当地医院要求做全喉切除,我们大年二十八日收进来,大年二十九给他做了等离子微创手术,除夕那天他就出院了。家属一看他没什么痛苦,且很快就恢复了,非常轻松。老爷子也很满意,至今活得好好的。”肖旭平提醒:喉癌术后要定期复查,不能抽烟喝酒,也不能喝浓茶和咖啡。(本报记者刘惠)



## 腿像“天气预报”? 试试中药热敷

生活中,有些老年人的腿就像是“天气预报”,天气变化时,膝关节便会出现酸、软、胀、痛等不适。广东省中医院珠海医院骨关节科主任吕燃表示,近段时间,到医院看膝关节疼痛的中老年患者明显增加,这与气候多变以及老年人过度使用膝关节等有关。

**这些护膝方法可尝试** 1.膝关节居家锻炼。直腿抬高:取平卧位或坐位,保持膝关节伸直状态,用大腿的力量使下肢抬起,膝关节保持伸直位,脚尖勾起坚持10秒,每日200次。仰卧抬腿:平躺后两腿伸直,两手自然放于体侧,直腿向上抬起,稳力向上保持大腿肌肉收缩,髌骨挺直,抬到约30°时缓慢放下,再交

换到另一侧肢体,左右腿交替进行各20次。天气较凉时,晨起锻炼前应先活动膝关节,做好热身。2.中药热敷简便效佳。可用吴茱萸、紫苏子、芥子、莱菔子、花椒各50克,加上500克海盐做成热敷包,加热后热敷在膝关节处,反复使用,能祛风散寒、温阳止痛。

**这些伤膝习惯要避免** 1.长年累月走路、跑步,会加剧膝关节损耗,造成软骨严重磨损。2.久坐不动,导致气血不畅,容易诱发关节炎。3.背过重的包也会增加膝关节的承重。4.爬山登高、过度深蹲。建议中老年人应避免爬山、深蹲。(摘编自《信息时报》)

## 全口假牙还有龋齿? 别忽略隐藏的智齿

82岁的叶大爷近期频繁头痛,左侧整脸呈蔓延性疼痛,遂来到浙江省人民医院浙东南院区主任医师黄炜的门诊。医生开具影像检查发现,他虽然戴了全口假牙,但左侧下颌藏着一颗几不可

见的阻生智齿,该智齿已龋坏,疼痛正是由牙髓炎引起。他为叶大爷成功进行了埋伏阻生齿微创拔除术。黄炜提醒:注意口腔保健,及时处理坏牙,别忽略隐蔽性较强的智齿。(摘编自《钱江晚报》)

## 乐天变抑郁,查查帕金森

五旬男子本来是个急性子,半年前突然变得动作不利索了,朋友们戏称他变成了“慢性子”。38岁女白领本是个乐天派,一年前变得焦虑抑郁,不愿意与人接触交流。导致这两位表现奇怪的原因,是患上了帕金森病。4月11日是“世界帕金森病日”。湖北省武汉市中心医院帕金森病专病中心负责人旃培艳介绍,运动迟缓、僵硬、焦虑、抑郁可能是该病的早期征兆。

帕金森病主要发病人群集中在60岁以上老人,已成为继心脑血管病和肿瘤之后,威胁中老年人健康的“第三大杀手”。该病起病隐匿,进展缓慢,初期症状复杂多样且不典型,很容易被忽视。建议如果出现下列帕金森病的危险信

号,要及时去神经内科就诊。

1.早期震颤。往往从一侧上肢手部开始,呈节律性搓丸样动作,且静止时易发生。

2.行动迟缓和步态异常。刷牙、系纽扣等一些精细的动作变得缓慢吃力,走路感觉迈不开步子,迈步时腿突然僵住,姿势不稳。

3.不典型的“非运动症状”,如嗅觉减退、失眠、多梦、焦虑、抑郁、记忆力下降、便秘等,病情发展到后期还会出现“面具脸”,患者通常表情呆板。

旃培艳提醒,帕金森病也可出现手足畸形,称之为纹状体手、足,一般多出现于病程晚期,但也有部分患者在病程初期出现,易误诊为类风湿、骨关节炎等。(摘编自《武汉晚报》)

## 玩手机的尽头是骨科

四川省骨科医院急诊科主任赵纯表示,在他的印象中,以前骨科病人多因骑车、出车祸、玩滑板等受伤,近年来走路看手机、刷视频受伤的人越来越多。看手机踩空,导致足踝扭伤、骨折、韧带损伤

的人最多,其次是手腕、手肘、肩部受伤。赵纯提醒:遇到崴伤,一定要第一时间制动,并到专业的足踝科就诊,照核磁共振看韧带损伤情况,照CT看看是否骨折,千万不要自行揉搓。(摘编自《成都商报》)