

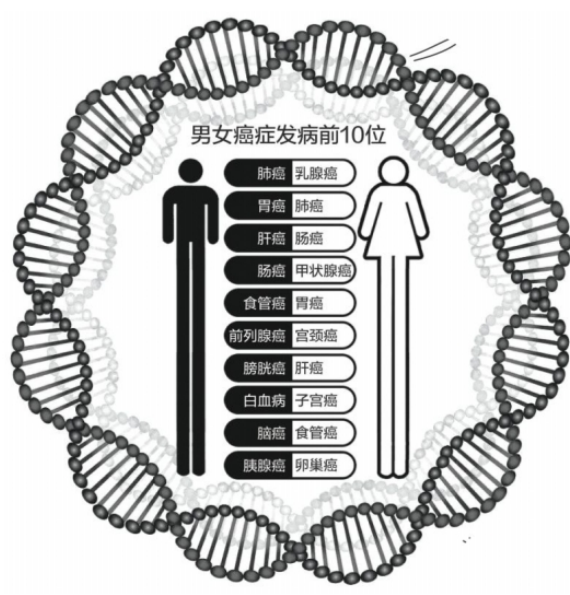
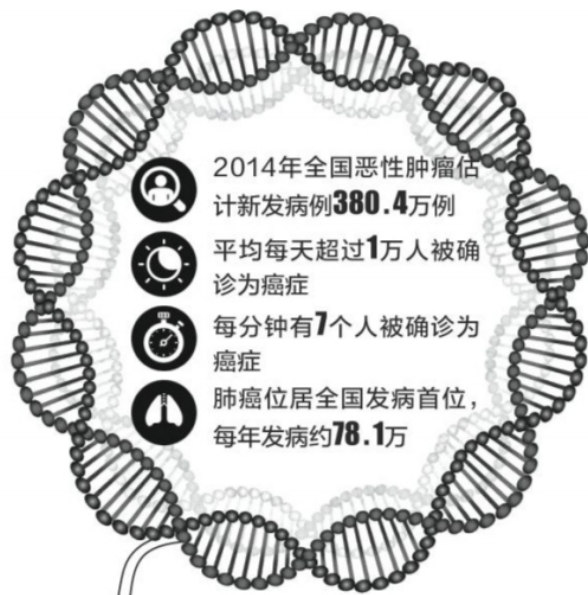
# 揭开“你不知道的癌症真相”

10月29日,电视导演哈文发微博宣布丈夫、主持人李咏抗癌治疗17个月,于10月25日凌晨去世,享年50岁。近年来演艺圈不乏因癌去世的病例。中国摇滚歌手臧天朔因肝

癌去世,央视主持人罗京因淋巴瘤离世、姚贝娜因乳腺癌逝世……癌症因名人的离世,又一次震动着大众神经。

如何预防、治疗癌症?癌症能治

愈吗?10月29日,美国杜克大学癌症生物学博士、癌症科普作家李治中,为大众科普“你不知道的癌症真相”。



## 癌症是“老年病”?

**癌症最大风险因素是寿命 中国癌症患者将继续上升**

根据国家癌症中心今年发布的《2018中国癌症统计报告》,2014年全国恶性肿瘤估计新发病例380.4万例,平均每天超过1万人被确诊为癌症,每分钟有7个人被确诊为癌症。

李治中说,与普通人的想象

中不太一样的是,中国的癌症发病率并不在世界前列。目前,中国的癌症发病率排名在全球第70多位,前20位几乎全都是欧美发达国家。而中国的经济快速发展,向发达国家靠近,“未来中国癌症患者还会越来越

越多。”李治中解释,其核心原因就是癌症的最大风险因素是寿命。经济往前发展时,寿命不断提高,而老龄人口免疫系统与癌细胞抵抗的能力也在变弱。

癌症发生的两个核心因素,首先是基因突变,所有的癌症都是基因突变的产物。但是基因突变只会带来癌细胞,不能带来癌症。每个人都有癌细

胞,但是极少数人会得癌症,原因在于绝大多数的突变细胞会被免疫系统“干掉”。让突变恶化为癌的机制则是免疫逃逸,即突变细胞躲过免疫系统的“追击”,导致癌症的发生。

但李治中说,基因突变需要时间,免疫逃逸也是。正常情况下,一个癌细胞要成为正常的细胞发展成癌症,需要20到30年,“所以说,癌症是个老年病。”

## 如何预防、筛查癌症?

**远离吸烟喝酒等风险 一半癌症或可以避免**

“预防大于筛查大于治疗”,李治中如此排序。李治中说,要预防癌症,就要减少引起基因突变、免疫逃逸的环境因素,“现在认为50%的癌症是可以预防避免的。”

癌症的风险因素很多,包括烟、酒、缺乏运动、不良饮食习惯、缺乏膳食纤维、慢性炎症、电离辐射、感染、免疫缺陷、环境污染等。

以肺癌为例,这是中国第一大癌症“杀手”,发生率、死亡

率都高居世界第一。中国虽然只有20%的人口,但全世界超1/3的肺癌发生在中国。其中最大的风险因素是吸烟。“中国吸烟人口庞大到超过排在第2位到第30位的29个国家的总和,占全世界的1/3。”

美国肺癌死亡率曲线也曾随着吸烟率波动,在吸烟率大幅下降后20年,即上世纪90年代,美国的肺癌死亡率才开始下降。“中国的吸烟量并没有下降,所以说在未来二三十年,中国的肺癌

死亡人数仍不会下降。”

还有五种特殊的癌症在发展中国家发病率高于发达国家,被称为“穷人癌”,即鼻咽癌、胃癌、宫颈癌、食道癌和肝癌。“它们最主要的致病因素不是年龄,而是环境。”比如胃癌,它和饮食习惯、幽门螺旋杆菌的感染密切相关。丽珠医药集团副总裁傅道田博士做客大讲堂时也表示,食管癌在中国的河南、河北较多,有说法认为,这是由于吃咸菜、泡菜和喝热汤引起的。肝癌在东南沿海较常见,“这可能和这些地区的气候有关系,容易使食物长霉菌,从而产生黄曲霉素。”

除了环境因素外,遗传基因也是风险因素。如果遗传了家族的易感基因,后代患癌的几率可能更高。美国影星安吉丽娜·朱莉为了防止得乳腺癌,手术切除了双乳。原因是她家族和本人都有BRCA1基因突变。

李治中说,一些肿瘤有可靠的筛查手段,如结肠癌,可通过结肠镜、大便潜血检查进行筛查。“在中国,大家认为50到75岁必须做一次肠镜进行筛查,40岁以上可考虑进行筛查。”此外,他表示,乳腺癌可通过体格检查和乳腺钼靶筛查。肺癌可通过低剂量螺旋CT等来筛查。

## 癌症能治愈吗?

**完全消灭肿瘤不现实 理想状态是带瘤生存**

李治中说,在癌症治疗史上,人类对癌症的认知发生了三次巨大的革命。当人类知道癌细胞失控地生长后,采用化疗、放疗等方法杀死肿瘤细胞。为应对基因突变,靶向疗法随之产生。知道了癌症的免疫逃逸机制后,免疫疗法应运而生。

傅道田说,良性肿瘤以手术为主,而恶性肿瘤在早期可以靠手术切除,但随着肿瘤的恶化,会进行放疗,70%-80%会使用放疗的手段。此外,患者可能会运用靶向治疗和免疫治疗的方法,“不同的治疗方案是互补的,是一个组合,根据肿瘤发展的不同阶段采用不同的治疗手段,不是说单靠一个方案就能把肿瘤治好。”

“癌症会越来越多,大家躲不掉。”李治中说,全球已有超3500

万人带瘤生存。随着预防、筛查、治疗手段的进步,会有越来越多的癌症被控制住,从而变成慢性病,不再成为绝症。

傅道田表示,消灭肿瘤或根治肿瘤是不现实的,理想状态是把肿瘤变成一个慢性病,就像糖尿病、高血压,让患者可以与肿瘤长期安全地共存,最大限度地去延长寿命、提高肿瘤病人的生活质量,实现带瘤生存,“如果做到这一点,我认为这就是医学相当大的发展。”

“根据预测,到2020年欧美销量前十的抗癌药,全部都是靶向药物和免疫药物。”李治中说,目前,新药最大的“副作用”是价格太高。“降低家庭负担,这需要国家和个人一起努力,包括降低药价、配置保险、规避骗局等。”

## 为什么有的人抽一辈子烟不得肺癌?

**空气污染、二手烟等都可能患肺癌**

李治中说,吸烟不是患肺癌的绝对因素,“隔壁老王很幸运。”而女性之所以没抽烟也患癌,空气污染可能是其中的一个原因。全球每年大概有200多万人死于空气污染,其中20多万是肺癌。“污染的空气本身含有致癌化合物,PM2.5进入毛细血管以后,也会造成损伤,增加基因突变的概率。”此外,二手烟、固体燃料、厨房油烟、烧烤等,都可能是肺癌发生的风险因素。

## 如何规避癌症治疗骗局?

**勿轻信个案和故事**

李治中说,中国癌症患者身边,有两类骗子,一类是打着国外先进旗号的骗子,如魏则西事件。一类是打着中国传统旗号的骗子。“隔壁老王的癌症治好了,但你的肿瘤和隔壁老王不一样。”如何防止受骗?李治中认为,不要相信个例,因为无法得知,在个例成功的背后是否有成百上千的失败案例。其次不要相信故事,很多人都喜欢讲故事,但无法考证。唯一能相信的就是数据和文献。“因为这些东西经受了科学家和社会的检验。” 本报综合消息

上世纪90年代,我国近10%的人口约1.2亿人感染乙型肝炎(简称“乙肝”)。随着乙肝疫苗的普及,国内乙肝感染率在逐渐下降。乙肝的危害众所周知,那么,乙肝的检查数据你都能看懂吗?

### 乙肝五项分别代表什么?

乙肝五项也称“乙肝两对半”,是诊断乙型肝炎病毒(HBV)感染的最常用指标。

第1项为乙肝表面抗原,英文缩写HBsAg,是反映是否存在乙肝病毒感染的最主要指标,健康人应为阴性(-),阳性(+)表示目前感染了乙肝病毒。

第2项与第1项相对,为乙肝表面抗体,英文缩写HBsAb,阴性(-)表示目前体内无乙肝病毒抗体,阳性(+)表示曾接种过乙肝疫苗而产生了抗体,或曾经感染过乙肝但机体已将病毒清除从而产生了抗体。

第3项为乙肝e抗原,英文缩写HBeAg,健康人应为阴性(-),阳性(+)表示体内乙肝病毒复制活跃,传染性较强。

第4项与第3项相对,为乙肝e抗体,英文缩写HBeAb,阳性(+)表示:e抗原转阴,e抗体出现,表示乙肝病毒复制活动减弱;或乙肝病毒发生基因突变,无法产生e抗原,但乙肝病毒复制活动其实更加活跃。

第5项为乙肝核心抗体,英文缩写HBcAb,阳性(+)表示目前正感染乙肝病毒或过

## 读懂体检报告上的

### 乙肝数据

去曾感染过乙肝病毒。

### “大三阳”“小三阳”什么意思?

乙肝五项检查中的各项常以组合形式出现,以下是较为常见的组合方式。总的来说,除了单独表面抗体(HBsAb)阳性外,其他任何一项阳性均提示与乙肝病毒感染有关,需尽快就医进一步诊疗:

1-5全是阴性:目前无乙肝病毒感染,但体内也没有乙肝病毒抗体。目前不需要就医处理,建议打乙肝疫苗。

2是阳性:目前无乙肝病毒感染,体内存在乙肝病毒抗体,见于曾接种过乙肝疫苗或曾感染过乙肝但已恢复者,目前均不需要就医处理,但若乙肝抗体滴度(可通俗理解为数量)较低,可以考虑打乙肝疫苗进行强化。

1,3,5是阳性:这就是俗称的“大三阳”,表示目前感染乙肝病毒且病毒复制活跃,传染性强,需尽快就医处理。

1,4,5是阳性:这就是俗称的“小三阳”,表示目前感染乙肝病毒但病毒复制降低或产生基因变异,传染性相对较弱,但基因变异者仍病情较重,需尽快就医进一步评估。

5是阳性:既往感染过乙肝,目前已恢复但体内无抗体,或病毒变异,无法检测到乙肝表面抗原,需要就医进一步评估。

1,5是阳性:目前感染乙肝,可能处于恢复期,需就医进一步检查。

2,5是阳性:既往感染过乙肝,目前已恢复且体内有抗体,目前不需要就医处理。

4,5是阳性:既往感染乙肝或急性感染恢复期,建议定期复查乙肝五项。

2,4,5是阳性:乙肝急性感染恢复期,建议定期复查乙肝五项。

### 结果全阴性为何还要打疫苗?

对于乙肝五项检查全是阴性,没有感染乙肝病毒的人,还要打疫苗吗?

我们认为,对于乙肝表面抗原阴性者,如果体内没有乙肝抗体或乙肝抗体滴度较低,建议接种乙肝疫苗,尤其是经常接触乙肝患者或陌生人的人群。

因为乙肝疫苗接种是有效控制乙肝病毒传播的必要手段,接种疫苗后有抗体应答者的保护效果一般可持续10年左右,但机体产生的抗体水平会随时间延长逐渐下降。

是否需要再次接种疫苗取决于乙肝表面抗体的具体滴度。乙肝表面抗体滴度≤10国际单位/毫升者,应该在半年内接种,抗体滴度≥10国际单位/毫升者可在3年至6年内复种。

最后需要提醒大家,目前大部分综合医院都无法注射乙肝疫苗,需要到当地防疫站或疾病预防控制中心进行注射。(王学栋)