

# 警惕“万里挑一” 老年男性需关注



本报记者 林乐雨

近日,70岁的方大伯在浙江大学医学院附属邵逸夫医院就诊时,被确诊为乳腺癌。

为他诊治的该院肿瘤外科陈继达副主任医师告诉方大伯,尽管男性乳腺癌非常罕见,但近年来其发病率呈现逐年上升趋势。最新研究数据表明,男性乳腺癌的发病率约

为1.2/10万,诊断时的平均年龄为67岁。

经过一系列检查后,确认方大伯的肿瘤并未出现转移。术后,方大伯在医院观察几日顺利出院。

男性为什么会得乳腺癌?陈继达表示,与其它癌症一样,乳腺癌发病原因非常复杂,年龄增长、乳腺癌家族史、基因突变、辐射等都是可能的病因。此外,体内激素异常,雌性

激素分泌过多也容易使得男性患上乳腺癌。

乳晕下出现无痛性肿块是大多数男性乳腺癌的主要临床症状,其他症状还包括乳头凹陷、乳头出血、皮肤溃疡及可触及的腋窝肿块等。

男性乳腺癌如何治疗?男性乳腺癌的诊疗管理基本上参考女性乳腺癌的诊疗规范。不过,新诊断为乳腺癌的女性很多会接受保乳手术治疗,但大多数男性患者则在接受乳房切除术后进行腋窝淋巴结清扫或前哨淋巴结活检,即使男性乳腺癌患者处于早期,保乳治疗也不常见。

由于部分男性对乳房肿块讳疾忌医、缺乏了解,病人往往就诊时间较晚。此外,男性乳腺癌更易侵犯到皮肤和胸肌,出现区域淋巴结转移,使得初诊时的肿瘤分期更晚。

陈继达提醒,早期乳腺癌5年存活率在90%以上,及时就医,早发现、早治疗是痊愈的关键。



## 低危高血压患者 注重非药物治疗

新近发表的中国人人群CHINOM研究(中国人正常高值范围血压无心脑血管疾病、糖尿病、肾病者,降压治疗和安慰剂对照临床试验)证实,血压在正常高值范围且危险分层为低危的高血压患者无需药物治疗,应该通过健康的生活方式控制血压。

非药物治疗有明确的降压效果,比如肥胖者体重降低10千克,收缩压可以降低5-20毫米汞柱;每日食盐摄入小于6克,收缩压可以下降2-8毫米汞柱;规律运动和限制饮酒也可以使血压下降。对于高血压患者和所有血压正常高值人群,不论是否用药,非药物治疗措施必须贯彻高血压管理的始终。非药物治疗包括减少钠盐摄入、合理饮食、规律运动、控制体重、戒烟、限制饮酒、心理平衡等。

据健康中国

## 毒蜂蛰伤可致命 防范常识要谨记

近期,浙江大学医学院附属第四医院(简称浙医四院)急诊抢救室收治一名呼吸心跳骤停患者,让人感到诧异的是元凶竟然是一只蜂。

事发当天,义乌山区的吴大伯进山林农作,不慎被蜂蛰伤。由于蜂蛰伤后引发严重过敏反应,吴大伯出现喉头水肿、呼吸困难,宛如口鼻被捂住一样。当院前急救120团队找到吴大伯时,他已经意识丧失、心跳骤停。之后,急诊、重症医学科积极救治,但因缺氧时间过长已严重损伤大脑,患者不幸死亡。

今年6月以来,浙医四院急诊科已陆续收治10余例蜂蛰伤案例,其中大多数患者都是在蜂蛰伤后出现严重过敏反应送来抢救。

蜂蛰伤为什么这么可怕?浙江地区常见蛰人的蜂类有蜜蜂、黄蜂(胡蜂)和土蜂等。蜂蛰伤是指蜂的尾针刺破人体皮肤后释放毒素,毒液侵入人体引起中毒,其实质为生物毒素中毒。蜂蛰伤后立即有刺痛、灼痒感,局部红肿,中央有一瘀点,还可能出现水疱,眼周或口唇可见高度水肿。重者出现畏寒、发热、头痛、恶心、呕吐、烦躁等全身症状或抽搐、肺水肿、昏迷、休克甚至死亡。

夏秋季是蜂活动较多的季节,多分布在野外植物茂盛区域,而我省地理特征丰富,林区繁茂,发生蜂蛰伤的概率大,因此市民朋友出行一定要警惕蜂类。

被蜂蛰伤了,应该如何处理?可参照以下三步。

认蜂。夏秋季节户外活动出现不明原因过敏反应时,需警惕蜂蛰伤的可能。可根据目击蛰人蜂大小、形态、颜色及蛰伤处有无毒刺残留等综合判断。

局部处理。胡蜂不会留刺在人体,蜜蜂有可能将刺留在体内,如有刺留在体内,可以使用黏性大的胶布拔除,再用清水彻底冲洗。还可以选择冰敷法,对减轻局部反应有效。

尽快就医。一旦被蜂蛰伤,经过局部处理后,立即拨打120电话或赶往距离最近的医院就医。

如何预防蜂蛰伤?分为一般预防和免疫治疗。

一般预防。在户外运动时避免穿着色泽鲜艳、彩色和黑色的衣服,建议穿白色、绿色、卡其色服装,穿长袖长裤。发现蜂时不要奔跑、鞭打或扑打,保持静止,最好等蜂飞走以后再离开。避免使用含香味的防晒霜、香水等。保管好食物和饮料,避免含糖和甜味饮料外露。如遇蜂



群,保持冷静,慢慢移动,避免拍打或快速移动。如无法逃离,就地趴下并用手抱住头部加以保护。非专业人员不要触动马蜂巢。对于有过敏高危因素者,建议随身携带肾上腺素自动注射器备用。

蜂毒免疫治疗。这是对有蜂蛰伤过敏史的患者最为有效的预防方法,本质上是对蜂毒的脱敏治疗,可以减轻蜂蛰伤后出现的早期过敏反应,使机体获得对蜂毒的主动免疫,能有效防止人体二次暴露于蜂毒液后出现更为严重的过敏反应。

据健康浙江

## 摄入含果糖饮料 也可能诱发痛风

饮料会诱发痛风?有的痛风患者知道喝酒不好,就改喝冰镇饮料来解暑。一般饮料不属于高嘌呤食物,但大部分饮料中都含大量果糖,一次性摄入大量富含果糖的饮料,同样可以诱发痛风。

果糖会在短时间内明显升高体内尿酸水平,同时,果糖还会减少肾尿酸排泄,进一步造成体内尿酸升高。对于痛风患者来说,糖是仅次于高嘌呤饮食的第二大非健康食品,果糖饮料对身体的危害同样不容忽视。

所以,痛风患者一定要拒绝饮料和甜品。建议多喝水,以白开水为主,一般每天至少喝到2000毫升,伴肾结石者最好能喝到3000毫升。但肾功能不全或心肺功能异常者,要根据病情限制水的摄入量。

据养生中国