

# 黑色素瘤老年人发生风险高 分辨瘤和痣谨记“ABCDE”



本报记者 徐小翔 通讯员 朱俊俊

据媒体报道,歌手张恒远因罹患黑色素瘤去世,年仅37岁。黑色素瘤因此一度登上热搜榜。

如何区分黑色素瘤和痣?哪些部位的痣有危险?记者请教了浙大二院皮肤科专家。

## 老年朋友需格外警惕

该院皮肤科汤庄力主治医师表示,黑色素瘤是一种由异常黑色素细胞过度增生引发的恶性肿瘤,可发生于皮肤、黏膜和内脏器官,多见于30岁以上成年人,老年人发生风险更高。

在我国,恶性黑色素瘤新发病例每年约两万例左右。患者多

以肢端型病灶为主,大部分病人发病位置集中于掌跖、足底或甲下,且多数病人在发现时已处于中晚期。

临床上,发生在躯干或四肢的黑色素瘤,约35%至50%与原发痣有关,也与短波紫外线反复照射密切相关。如果痣长在比较容易受到摩擦的部位,如腰部、足底、背部等,应尽早处理。用针挑、腐蚀药物、不彻底的冷冻以及激光等方法刺激黑痣,有可能诱发痣恶变。

## 是否恶变可参考这一法则

专家表示,人体大多数痣都是良性的,是否发生恶变可参考“ABCDE”法则。

**A (Asymmetry, 非对称性):** 普通痣一般都形态规则,而黑色素瘤多为不规则,两边不对称。

**B (Border, 边缘不规则):** 黑色素瘤多参差不齐,凹凸不平,边缘不规则,与周围分界不清。

**C (Color, 颜色改变):** 黑色素瘤在普通痣的基础上掺杂多种颜色,短期内突然加深、变黑、变蓝、变红或褪色。

**D (Diameter, 增大):** 直径常超过6毫米,一般要引起重视。

**E (Evolution, elevation/en-**

**largement, 演变、隆起或增大):** 可短期内迅速增大,周围皮肤出现炎症反应,如出血、溃疡、瘙痒、难愈合、疼痛或结痂等。周围出现许多新的小痣,还可能出现区域淋巴结肿大,这些都是黑色素瘤的重要表现。

## 早期发现非常关键

几乎每个人身上都有痣,显然不需要全部切除,哪些应当及时去除呢?易摩擦部位,如腰部、手足等;形态突变,短时间内颜色、大小、边界、硬度发生改变;突发痒、痛、出血,均建议切除。

预防黑色素瘤,要从皮肤及口腔黏膜等的自我检查做起,多关注痣的变化,了解胎记、痣的外观,检查有没有新发痣,痣的大小、形状、颜色、质地有没有改变,表面有没有破损等,如发现异常,应尽快到正规医院就诊。

“早期发现对于黑色素瘤的诊治非常重要,可以提高治愈率。”汤庄力表示,定期自我皮肤检查,并养成专业皮肤检查的习惯,是保持皮肤健康的关键。正值盛夏,外出活动一定要注意防晒,合理使用防晒霜,尽量减少暴晒时间。

## 深部脑刺激法 可在睡眠中增强记忆

美国加州大学洛杉矶分校和以色列特拉维夫大学等机构的研究人员,首次证明了一个长久以来的说法——睡眠期间海马体和大脑皮层的协同活动是增强记忆的关键机制,即通过睡眠期间海马体和大脑皮层之间的交流,大脑中的记忆能够得到持久巩固。

深部脑刺激法是治疗帕金森病等神经疾病重要方法之一,即把电极植入脑中特定的神经区域,再外接电池给予刺激,以改善脑细胞的功能。研究报告说,睡眠期间深部脑刺激法可改善大脑中负责获取新记忆的海马体和负责长期存储记忆的额叶皮层之间的交流。

研究人员认为,作为特殊的干预式刺激疗法,深部脑刺激法有助于改善和巩固记忆,增强大脑中海马体和大脑皮层的协同性,未来有望为治疗痴呆症等记忆障碍疾病带来启发。

据新华社

## 三氯蔗糖可能 损害人类DNA

美国北卡罗来纳州立大学近期的一项研究发现,许多人造甜味剂中广泛使用的化学物质三氯蔗糖可能损害人类DNA。

美国《新闻周刊》报道称,三氯蔗糖是一种零卡路里甜味剂,甜度比白糖高600倍。三氯蔗糖生产过程中会产生一种名叫三氯蔗糖-6-乙酸酯的化学物质,三氯蔗糖被人体摄入后在肠道中也会分解形成三氯蔗糖-6-乙酸酯。研究人员在实验室中将人类血液细胞暴露于三氯蔗糖-6-乙酸酯中,发现后者具有毒性,会造成显微镜下可见的DNA破损和染色体损伤,有可能进一步引发炎症,例如肠炎,甚至诱发癌症。研究人员建议人们不要将三氯蔗糖用作甜味剂。

不过,有糖类生产企业认为上述研究不实。国际甜味剂协会发言人也称,全球食品行业和监管机构的大量研究已证实三氯蔗糖的安全性。报道认为,三氯蔗糖在被人体消化的过程中如何生成三氯蔗糖-6-乙酸酯及其会对人体产生何种影响还需要进行深入研究。

据《环球时报》

## 滴眼药水就能看清了吗 八成老年人易被该病缠上

通讯员 陈瀛 本报记者 戴虹红

“我年纪大看不清东西,可不可以开点眼药水?”眼科医生诊间里,常出现类似问题。和年纪大了会长白发的道理一样,随着年龄增长,眼睛晶状体也会老化。那么,年纪大了看不清东西,是不是滴眼药水就可以解决问题?

浙江省中山医院眼科张琪副主任医师表示,导致眼睛看不清病因有很多,中老年群体中最常见的是白内障。数据显示,我国60-89岁人群白内障发病率约为80%,90岁以上人群发病率达90%以上。

老年性白内障也叫年龄相关性白内障,是指中老年开始发生的晶状体混浊,随着年龄增加,患病率明显增高。晶状体是眼内一种水和蛋白质组成的透明结构,像一

个有弹性可调节的凸透镜。当晶状体变得不透明时,就会影响光线传递,导致视力下降、眩光、色彩变淡等症状。老年性白内障是全球第一致盲眼病。

老年性白内障发生原因较为复杂,一般认为是多种因素综合作用的结果,其中最普遍的是氧化损伤。氧化损伤是指自由基等活性氧物质对细胞和组织造成的损害。自由基是一种不稳定分子,正常情况下会被抗氧化物质清除或中和。但在某些情况下,自由基会过量产生或抗氧化物质不足,导致氧化应激。氧化应激导致晶状体纤维变性、断裂、聚集和交联等改变,从而影响晶状体的透明度。

除了氧化损伤外,还有其他一些因素可能与老年性白内障的发生有关。

**环境因素:**如紫外线、X线等电磁辐射,空气污染,吸烟,饮酒等。

**维生素缺乏:**如维生素A、C、E等抗氧化物质,硫胺素,叶酸等营养物质缺乏或摄入不足。

**微量元素缺乏:**血清钙、镁、锌等元素缺乏,导致晶体膜通透性破坏,晶体皮质吸收水分膨胀导致白内障。

当老年性白内障影响到正常生活时,就需考虑手术治疗。当然,并不是所有老年性白内障患者都适合进行手术治疗。进行手术前,需要进行一系列检查和评估。

医生提醒,除了老年性白内障,还有多种原因可导致视力下降,例如黄斑变性、青光眼等一系列眼部疾病,当出现视力下降等眼部不适时,应及时就诊,以免延误治疗时机。