

□本报记者 刘伟芳

一谈到乳腺癌,女同胞们无不胆战心惊。

然而,乳腺癌可不是女性的专利,男同胞们也有一定的可能得承担这份痛苦。

如果男性不幸患上,为何预后比女性更差?我们邀请福建卫生报健康大使、福建省肿瘤医院乳腺外科吴秀凤副主任医师,为我们解答。

乳腺癌不是女性专利 男人患病更危险

洗澡发现花生米大小肿块,六旬大叔发现乳腺癌

福州65岁的林大叔(化姓),洗澡时无意间发现左乳上有一花生米大小的肿块。好奇下,林大叔来到福建省肿瘤医院检查,发现左乳有一大小约1cm左右肿物,质地较硬,不活动,超声和钼靶提示乳腺癌可能性大,最后穿刺病理证实是左乳浸润

性癌(激素受体依赖型)。

随后,林大叔接受了左乳全切除术和腋窝淋巴结清扫术,术后进行了化疗、放疗和内分泌治疗。

所幸发现及时,林大叔又重视,定期复查,并未发现复发转移征象。



发病率低,但呈增加趋势

临床上,男性乳腺癌是一种不常见的疾病,其发病率不到所有乳腺癌的1%。但近年来,乳腺癌的发病率呈现逐步增长趋势。

全球范围来看,男性乳腺癌患者的发病率在不同地区存在差异,非洲较高,欧美次之,亚洲最低。

发病年龄大,但更危险

男性乳腺癌与女性乳腺癌存在明显的差异。与女性乳腺癌相比,男性乳腺癌病理分期

和发病年龄均较晚,且更常见类型为激素受体阳性型。很少表现出HER2基因扩增或三阴性表型;男性乳腺癌预后较女性乳腺癌差,其5年总生存率明显低于女性乳腺癌患者。

男性警惕乳晕下方肿块

由于男性患病率低,目前缺乏男性乳腺癌的筛查指南。

男性乳腺癌一般表现为乳晕下方肿块,所以对于男性而言,定期自我检查能够发现乳腺病变,一旦发现乳房肿块,及时就医,进一步行乳腺X线和

彩超及穿刺病理检查明确肿块性质,早发现、早诊断、早治疗。

男性乳腺癌由于发病率低,相关研究极少,其治疗主要参照女性乳腺癌的治疗经验。采用以手术为主,联合内分泌治疗、放疗、化疗、靶向治疗等的综合治疗方案。

无论男女,平时尽量保持心情开朗,勤做运动,如慢跑、游泳等,多吃蔬菜水果,少吃激素含量过高、脂肪含量高的食品,不要食用含雌激素的滋补品,不要酗酒。

福建卫生报

健康大使

健康大使邀你一起关注“福建卫生报”

本期嘉宾

吴秀凤 副主任医师
福建省肿瘤医院乳腺外科



经常放臭屁 是得了肠癌吗

□福州市晋安区医院消化内镜室副主任 叶晶/文 设计/李钊铭

不久前,有这样一篇报道,大意是:

27岁的小敏是某大公司的一名白领,发现自己的屁越来越多,还经常腹胀腹痛。肠镜结果显示,小敏患上了肠癌,已经是晚期了。后来,听医生描述才得知,小敏出现的一系列症状正是肠癌晚期的信号。

我比较怀疑这条报道的真实性,因为屁多并非直接指向肠癌,这样的新闻反而会让人焦虑紧张。

但门诊中,的确经常有病人问我,叶医生,我最近感觉人狠话不多,但屁很多是怎么回事?我是不是要去做个肠镜体检一下放心点?

今天,给大家讲一下关于“放屁”的那些事。

人体的屁(气)是怎么来的?

我们人体肠道内的细菌至今发现的就有500多种类,各种类细菌数量合起来比我们身体细胞还多。这些细菌大部分是益生菌,比如双歧杆菌、大肠杆菌、乳杆菌、粪球菌等,我们人体肠道内也有很多便便。这些细菌会把我们吃进去的食物以及肠道产生的粪便给发酵了,发酵后会产生一些维生素、微量元素以及一些氨基酸供给我们人体吸收,当然发酵过程中也会产生

各种气体,这些气体就是我们“屁”的主要成分。

正常人每天都会放屁,平均每个人每天会放屁10~20次。放屁多或者放屁少都是有问题的。

为什么有些人放屁比较臭、甚至奇臭无比,有些人放屁并没有什么味道?

屁是一种混合气体,这些混合的气体来源是多方面的。

其中一部分是我们吞进去的空气,一部分吞进去的空气会被我们打嗝出来

没有嗝出来的空气可能就会通过胃肠道蠕动进入小肠和大肠里面就形成屁的一部分。

我们吃进去含有气体的饮料和啤酒等,特别是碳酸饮料含有很多气体,这些含有气体的饮料喝下去后一部分气体会被打嗝出来,另外一部分也会跑到小肠里面形成屁的一部分。

当然屁里面大部分的气体还是细菌和便便发酵出来的,主要成分产生部位还是在我们小肠和大肠里面。

因为屁大部分是细菌和便便发酵出来的,所以屁的味道以及屁多屁少跟细菌的种类以及被细菌发酵的食物有很大的关系。

为什么有时候会出现放屁多?

这是由以下三方面决定:

1. 细菌种类;2. 吃进去食物的种类;3. 不良的生活饮食习惯。

首先是肠道细菌种类

前面说过我们肠道菌群种类

非常多,其中有一大类都是发酵菌,如双歧杆菌、乳酸杆菌、大肠杆菌等。这些细菌如果多的话就会在肠道天天吃你的“屎”然后产生大量气体,这些气体成分比较复杂,有“氨气、氮气、二氧化碳、硫化氢、甲烷”等,其中氨气、硫化氢等有刺鼻的味道,这也是我们放屁比较难闻的原因之一。

其次是食物的种类

比如经常大量吃生姜、大蒜、葱、洋葱的人,还有地瓜、芋头、土豆等也会比较容易产气,特别是平常没怎么吃这一类食物的人突然大量摄入第二天屁可能就比较多了,而且屁的味道可能就跟平常味道不一样了。

如果你吃进去大量高蛋白、高胆固醇的食物,肠道里面的细菌看到这种高营养的食物也是各种欢乐的,会呼朋引伴地叫出全家老小细菌,疯狂地吃你吃进去的高营养食物,第二天自己放屁的味道一般是比较臭而且放屁也会明显增多。

第三就是你不良的生活习惯

如果你吃饭的时候一直开玩笑,特别是喝酒大声喧哗、划拳开玩笑等过程中就会吞入很多空气,这些气体如果没有打嗝出来,会慢慢进入我们肠道跟便便的气味混合以后一起发射出来。

提醒

如果你屁多,又同时发生大便习惯改变、便血、下腹痛、腹部包块等情况,就要警惕肠道疾病了,最好及时去医院做个检查,明确病因。