



鼻咽癌 偏爱家庭“顶梁柱” 容易被误诊

□本报记者 刘伟芳

鼻咽癌是一种有地域特色的恶性肿瘤,好发于我国广东、广西、福建等南方地区,同时也是我国常见的恶性肿瘤之一。

最新的《2021福建省肿瘤登记年报》显示,福建省肿瘤登记地区鼻咽癌发病率为4.07/10万。

8月12日晚,《大医生开讲》直播聚焦鼻咽癌,邀请到了福建

省肿瘤医院放疗科主任医师邱素芳、副主任医师宗井凤、副主任医师许昀,一起探讨鼻咽癌防治的健康知识。

此次直播,吸引了非常多鼻咽癌患者的关注,专业问题一个接着一个。还有患者感叹直播结束得太快,没听够。在卫生报鼻咽癌交流群内,患者也相互交流,分享抗癌经历,直播结束后也消息不断。

截至目前,直播多平台在线观看与回看人次近22万。



▶ 偏爱家庭“顶梁柱”的遗传相关癌



邱素芳提到鼻咽癌时,说到有两个50%需要特别关注,一个是我国是鼻咽癌高发区(患者约占全球50%),另一个是福建省肿瘤医院一年接诊首诊首治的鼻咽癌患者就达到近千例,占到全省收治量的50%。

宗井凤整理分析了近年来医院收治的患者情况后,发现鼻咽癌男女发病比例为3:1,80%的患者在30~60岁之间发病,中位发病年龄为45岁。因此,鼻咽癌更偏爱家庭“顶梁柱”。而女性鼻咽癌的疗效比男性更好,5年生存率高了近10%。

鼻咽癌是与EB病毒感染密切相关的恶性肿瘤。与大部分癌多是散发不同,鼻咽癌有着比较明显的遗传相关性。许昀提醒,鼻咽癌直系亲属再犯鼻咽癌的发病率是一般人群的6~7倍。此外不良饮食生活习惯及环境因素,如福建人爱吃的咸鱼腊肉、吸烟饮酒、空气污染等也是诱发鼻咽癌的高危因素。

▶ 症状常见、误诊多,但治疗效果好

相比于其他癌症,鼻咽癌的治疗效果较好。福建省肿瘤医院从2003年起,在国内率先开展精准调强放射治疗,大大增加疗效的同时,也明显减少了放疗的副作用。



许昀表示,省肿瘤医院的回归性研究数据显示,鼻咽癌的5年生存率已经超过80%,I期和II期鼻咽癌治愈率高达90%~95%,III期鼻咽癌治愈率可达80%,即使是有远处转移的IVb期,经过科学的综合治疗,也有52%的患者能达到5年生存率。

邱素芳提醒,鼻咽癌的症状不够典型,早期病症与鼻炎等病症相似:

鼻腔出血,经常会被患者误认为是“上火”而错过就诊最佳时间;

耳鸣、鼻塞,临床上有许多病都会导致,因此医生常会先以其他病治疗一段时间,发现无效后才会考虑鼻咽癌;

颈部出现肿块,有的患者直接去看外科,医生直接手术切掉后去化验,等发现是淋巴结转移性癌,才会考虑鼻咽癌可能,这就大大延误了治疗时间。

宗井凤建议,高危人群或者有出现上述症状的人,可以到医院做个抽血检测EB病毒的DNA,较少的创伤即可早期初筛出鼻咽癌,目前省肿瘤医院该项检测准确率已达90%以上。此外,鼻咽纤维镜检查能早期揪出潜在的小肿瘤,并可以取活检化验,确认病情。



▶ “一刀切”不适合鼻咽癌 放化疗敏感性高

很多肿瘤,特别是早期,都是以手术治疗为主,但“一刀切”并不适合鼻咽癌。

许昀表示,鼻咽癌生长的位置,周围有很多重要的神经和血管,要想手术切除干净基本上不可能,而且创伤大风险极高,另外鼻咽癌的病理类型对放射治疗敏感,因此,鼻咽癌的主要治疗方法是根治性的放射治疗,从I期到IV期,放射治疗都是重要的治疗手段。

邱素芳主任感叹,20年前,

二维的常规放疗技术虽然能治好肿瘤,但会导致严重的并发症和后遗症。比如以前绝大部分患者有不同程度的口干,很多患者5~10年后会出现牙床溃烂、牙齿脱落。尤其是晚期患者,照射次数多剂量大,放疗会导致头晕、头痛、说话不清、吃东西呛咳等问题。现在有了精准调强放射治疗后,80%的患者两年后口干现象就缓解了,大大提升了生活质量。

宗井凤表示,鼻咽癌对化疗

特别敏感,因此中期或晚期的患者配合化疗,比单纯的放射治疗更能提高治疗效果。现在科技发展,临床中有很多的辅助药可以预防呕吐,也可选择不同的化疗方案,尽可能减少脱发。

此外,鼻咽癌虽然总体治疗效果较好,但20%鼻咽癌会复发。这部分患者也别放弃希望,新的免疫治疗、靶向药物不断推陈出新,不少已在临床使用,有些新药也开展临床试验,给复发转移的患者带去了新的希望。

▶ 每天锻炼均衡饮食 鼻咽癌康复很重要

针对鼻咽癌治疗带来的独特副作用问题,三位专家提醒,患者一定要注意治疗后的康复。为更好地帮助患者,福建省肿瘤医院成立了“爱鼻俱乐部”,采用线上科普、线下活动等方式,帮助患者更好地康复。

邱素芳建议,患者治疗后每天都要进行颈部锻炼200下,张口锻炼200下,活动头颈部的关节和肌肉;坚持每日鼻子冲洗,减少鼻窦炎、中耳炎的发生;购买牙龈按摩棒按摩,减少牙齿松动;如果出现了一些吞咽功能问题,应尽早寻求有资质医院的康复科,系统进行康复功能锻炼。

许昀提醒,饮食上均衡膳食,多吃高热量高蛋白高维生素的食品。不要盲目追求昂贵的食材和药材。虽然没有临床证据表明中医药可以减少复发转移,但合理使用中医药,可以辅助缓解一些如食欲睡眠不好、口干等症状。

宗井凤强调,一定要重视定期全面的复查随访。一般要求患者在治疗后3年内3个月随访一次,4~5年内每3~6个月随访一次,5年后每年随访一次。复查的内容一般包括抽血看肿瘤标志物、胸部CT、肝B超、鼻咽镜、鼻咽磁共振。

目前,三位大医生已加入卫生报鼻咽癌交流群。

读者可以扫描二维码,申请入群



活动组织

主办单位:《福建卫生报》社、福建日报·新福建客户端
协办单位:福建省肿瘤医院