

有痣别乱点

□本报记者 陈坤 漫画 钊铭
□指导医生 福建省立医院皮肤科 蔡仁慧 副主任医师

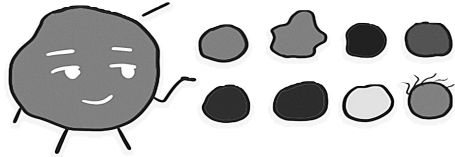
每个人或多或少都有那么几颗痣。



痣俗称痞子,最常见的是医学术语中的色素痣,也叫做黑素细胞痣,是一种良性的皮肤肿瘤。

色素痣可以有很多种表现,可以是平的、凸的,颜色有黑色、褐色、蓝黑色、正常肤色或者暗红色,有毛的,无毛的,先天长的或后来出现的。

这都是我的兄弟姐妹



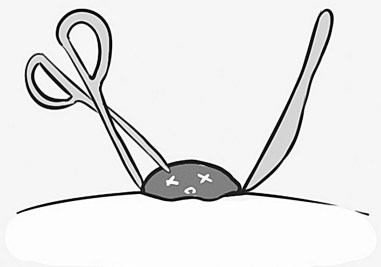
对于痣的祛除方法,目前医院最常用到的是手术或者激光,其次还有目前已逐渐被淘汰的冷冻、电烧等方法。

民间也流传着很多旁门左道的祛痣偏方,如食醋或者“神奇”的药水。

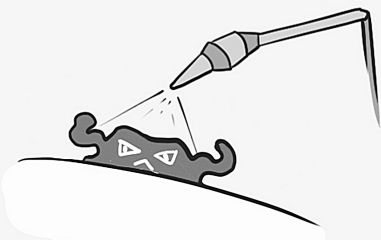
对于色痣较小且较浅者,可以选择二氧化碳激光治疗(瘢痕体质的人不建议激光祛痣),治疗时有轻微的疼痛感,比较怕疼的人可以选择表面麻醉,治疗要彻底,否则残留

痣细胞容易复发。

对于高度怀疑恶变的痣一定建议选择手术完整切除后做个组织病理。



对同一颗痣不建议反反复复接受激光治疗,若治疗2~3次仍未去除干净则建议手术切除或不再治疗。若激光治疗次数过多,则存在刺激痣细胞恶变的风险。



肿瘤患者所患癌肿各异,所处西医治疗阶段不同,应选择不同的饮食调养。

不同癌肿部位的调养选择

肿瘤多以脏腑发病部位命名,脏腑各有喜恶,所以不同癌种亦有喜恶偏好。在肿瘤患者不宜食用盐腌及烟熏火烤食物、不吃发霉变质的食品及含有防腐剂的罐头食品和香肠、戒除烟酒嗜好、避免暴饮暴食等一般原则下,饮食应根据各脏腑特殊喜恶予以相应调养。

例如肺鳞癌、鼻咽癌需要适当减少热性、辛辣饮食,戒烟酒;肺癌患者化疗期间,肠胃功能较弱,应避免进食生冷、黏腻的食物;腹盆腔肿瘤,尤其多数妇科肿瘤与寒有关,应避免进食冷饮;再如乳腺癌,因大部分乳腺癌都是受雌激素影响的,所以结合现代医学药理学研究,对于乳腺癌患者常嘱咐其谨慎服用蜂王浆、燕窝、雪蛤等富含雌激素的食品。

不同治疗阶段的调养选择

对处于不同治疗阶段的患者需要强调的是,在食用新鲜蔬菜瓜果的均衡饮食基础上,还要注意饮食调养有所侧重。如术后患者为促进康复,

应加强补益气血的饮食摄入,如黄芪、当归、鸡肉、鱼肉、红枣等;化疗患者可适当增加益气养血、健脾和胃、补益肝肾的易于消化的食物,如鲈鱼、猪肝、黑木耳、薏米、黑米等;放疗患者应适当多食益气养阴、清热解毒的食物,如穿心莲、蒲公英、三七、红豆等。

“食疗”康复切忌“走捷径”

肿瘤患者在“食疗”康复过程中切勿心急,也切勿有“走捷径”的侥幸心理。盲目地选择保健品、偏方实在不可取,应当找到专业的医生为患者做一个科学的评估,根据中医的辨证,结合自身的经济状况,选择合理方法来改善和提高免疫力,切不可盲目“追风”。 (广安门医院)

肿瘤患者的「食疗」康复

福建卫生报

倡导全民健康生活方式

科学食养 管好血压

公益广告

合理膳食
科学食养

减钠增钾
饮食清淡

吃动平衡
健康体重

成人
高血压患者
食养原则和建议

检测血压
自我管理

戒烟限酒
心理平衡

SIS mmHg 120
DIA mmHg 80
PUL /min 70

