切莫轻易把便血当痔疮

关于痔疮,民间流传最广的一句话莫过于十男九痔、十女十痔,可见痔疮的发病率是非常高。其中便血是痔疮的典型症状,人们往往自行处理,随便外用点药物了事。殊不知便血症状不仅是痔疮独有的,直肠癌也有类似症状。临床上很多直肠癌患者容易被误诊为“痔疮”,很多患者为此付出了惨痛的代价!

近日,福建医科大学附属第一医院肛肠科接诊了一位特殊的“痔疮”患者。他是一位中学教师,年过中旬,自述患“痔疮”好多年了,平时偶尔喝酒、吃上火东西排便时肛门会出血,后来三天两头大便带血,不得已就在当地小医院把痔疮给割了。然而好景不长,术后不仅便血没缓解,下腹部还隐隐作痛。在此期间,身边的同事还劝他做一次肠镜检查,他听说肠镜很难受,还要吃泻药拉一整天,而且平时身体很好,生活规律,连感冒发烧都少有,身体怎么可能会有问题,就这么拒绝了。

这样陆陆续续持续了大半年,症状不但没有缓解,反而越来越重,还感觉体重减轻、脸色蜡黄,这才在家人劝说下来到附一医院肛肠科检查。肛肠科洪键晨主治医师听完他的诉说,心里不免警惕起来:“不会又是一个被痔疮耽误的病人吧?”果然肛门指诊一摸,就印证了医生的猜想,距肛门5cm处可触及一巨大环周占位,后续的肠镜病理、腹部CT增强等检查也确诊了是直肠癌伴有肝转移,晚期肿瘤!真的是令人惋惜。

痔疮与肠癌,同为大便出血,该如何鉴别

区别一:

痔疮是直肠下段、肛管和肛门缘的静脉丛曲张所形成的柔软静脉团,俗称“肛垫”,是人体正常的组织结构。长期久坐、便秘、饮酒、食用辛辣刺激性食物等导致肛垫组织静脉曲张形成病理性改变,排便时血管组织局部摩擦破损引起出血。

直肠癌是起源于直肠黏膜上皮细胞异常增殖形成的消化

系统恶性肿瘤,是人体的“异常组织”。直肠癌的本质是肿瘤细胞和供应肿瘤细胞的滋养血管。因此,其出血来源多是癌浸润直肠黏膜使其表面溃烂或肿瘤本身血管破裂出血导致。

区别二:

痔疮出血靠近肛门口,颜色鲜红,多不与粪便混合,便秘、饮酒或进食辛辣刺激性食物后容易出现,表现为便后手纸上带鲜血,或者滴血,严重者出现喷射状出血。保持良好的饮食及排便习惯多数可自行缓解。

直肠癌便血则表现为大便中混有血液、黏液,甚至脓液相互混杂,不易分开,而且往往伴有排便习惯的显著改变,比如大便不成形、排便次数增多、排便不尽感等,甚至短时间体重下降,消瘦。

区别痔疮和直肠癌需要做哪些检查

鉴别痔疮与直肠癌,主要靠专业医生检查,自己千万不可自作主张。常见的检查手段有:

1. 肛门指检

肛门指检,是医生戴手套,食指润滑后伸进患者的肛门进行触诊,检查直肠壁有无新生物等。过程简便,不需借助任何设备,是一种无创、廉价、方便的检查方式。临床上80%的直肠癌属于中低位,简单的肛门指检即可发现病变。

2. 结肠镜检查

结肠镜检查(含病理活检)是直肠癌筛查、诊断的金标准。年过40岁,即使没有任何肠道症状,也建议每年做一次肠镜。因为绝大多数的肠道肿瘤,在早期没有任何症状!

总之,如果您经常大便带血,千万不能掉以轻心,一定要找专科医生进行检查以排除直肠癌的可能。即使是医生明确了痔疮出血,如果治疗一段时间后仍然有便血时更要进一步检查,以免肿瘤出血被痔疮出血所掩盖而耽误了最佳治疗时机。

(作者:洪键晨 福建医科大学附属第一医院 胃肠外科 16区 主治医师)

癌症治疗结束后就万事大吉了吗

大部分癌症病人在全部治疗结束后,都觉得终于可以松口气了,万事大吉,回家休息。其实,手术放化疗等常规治疗是必需的,但远不是终结,因为手术放化疗这些攻击型的治疗只能“减灭”癌细胞,无法彻底消灭癌细胞,更无法改变癌症发生发展的内环境。癌症治疗后只是取得阶段性胜利,治疗后的康复才是预防复发转移的关键。所以,癌症治疗后还要做好三件事,才能取得癌症治疗的大获全胜。

第一件事:心态要调整过来,回归社会、回归正常生活和工作,不要总活在癌症阴影中,一辈子把自己当癌症病人看。

心理因素与癌症的发生密切相关,而一个人的所思所想很大程度上决定你的康复情况。调查发现,81.2%的癌症患者患癌前遭受过不良事件的打击。长期处于精神压抑、焦虑、恐惧等负面情绪的人比开朗阳光的人更容易患病也更难康复。癌症治疗的最终目的之一是要让病人真正回归正常生活

和工作。随着癌症治疗水平的不断提高,越来越多的癌症患者有机会得到治愈或者病情得到长期控制。在这种情况下,全社会要形成不歧视癌症病人的氛围,更要抛弃那些所谓的“癌症会传染”等愚昧和无知观念。而作为病人,不要认为自己是得过癌症的人而感到自卑抬不起头来。只要身体允许,要尽量回归社会进行正常的生活和工作,实现自身价值,这对身心健康也是很有益的。当然,工作要量力而行,不要过于疲劳和继续原来的不良作息习惯。一些必要的康复治疗 and 护理以及功能锻炼也是需要的,比如各种肢体功能障碍的治疗、护理和功能锻炼,这些特殊情况,要在专业人士的建议或指导下进行。

心理康复建议:

◆患癌后找到一个群体,多和“资深”病友们进行沟通交流,互相安慰鼓励。

◆日常多和家人沟通你的想法,而不是家属根据你的精神状态胡乱猜测,造成双方的

心理负担。

◆把思维沉浸下来,慢慢降低对事物的欲望。

◆制定新的日程,培养适合现在自己的兴趣爱好,转移注意力;如果你有足够的力量,就要尽量帮助你能够帮助的人。

◆如果通过上述方法不能解决,请及时咨询专业的肿瘤心理医生。

第二件事:远离不良生活方式和饮食习惯,保持良好心态。

大部分癌症的发生和不良的生活习惯相关。所以癌症它怎么来的,我们就通过纠正不良习惯的方式使它原路返回。生活方式的改变是必要的,癌症这种大事值得对您有所触动,若依旧抽烟,依旧维持那些不良生活方式和饮食习惯等,会让正渐渐向您走来的健康又掉头远去。所以请现在就开始做到戒烟酒,不吃垃圾食品,饮食均衡多样化,科学适量地运动,维持合适体重,不熬夜,调整身心和保持良好心态吧。不科学、不合理的饮食习惯会增

加癌症发病风险,而健康合理的饮食有利于癌症康复。每个人的食谱需要根据病情、年龄、体质、嗜好等综合调配,但应把握新鲜、营养、清淡、少食、多餐的原则。不必过多强调滋补,只求饮食正常。烹饪过程中注意少油、少盐、少糖、少油炸。切记不要油腻的汤汤水水或一味滋补的大荤大肉,但肉、蛋、奶等优质蛋白也不能少。

运动是癌症康复过程中必不可少的一环。适度运动、合理锻炼不仅可以恢复体力,改善病情,更重要的是使患者精神上有所寄托,消除悲观情绪。

第三件事:不要忘了“随访复查”。

回归社会、回归正常生活和工作,不是叫你彻底忘了过去,定期随访复查要伴随终生,不能忘记。正常没有得癌症的人都得一年体检一次,何况得过癌症的人呢?所有的癌症病人都必须定期随访复查。

(作者:柯春林 福建医科大学附属第一医院 放疗科 副主任医师)