

癌性关节炎,别跟风湿病弄混了

本报综合报道



10月12日是世界关节炎日,关节炎是最常见的慢性病之一,被定义为头号致残性疾病。关节炎的种类很多,临床上,引起关节炎的病因也很多,可能是退行性病变引起的骨关节炎、自身免疫相关的类风湿关节炎、晶体代谢异常的痛风性关节炎,还有与感染因素相关的感染性关节炎,或者是关节周围韧带、软骨损伤引起的关节炎等。除了上述常见关节炎外,还有一种比较少见但后果比较严重的关节炎,它就是癌性关节炎。

癌性关节炎容易被忽视

一个月前,金华市60岁的王阿姨突然出现左踝关节红肿,疼痛剧烈,不能下地行走。她到当地医院治疗,被诊断为“痛风”。医生给予抗炎镇痛治疗,但疼痛症状反反复复,并逐渐加重。

后来,王阿姨又来到风湿科就

诊,经筛查,排除了脊柱关节炎、痛风、类风湿关节炎等疾病。但炎症指标升高:血沉(ESR) 110 mm/h, C反应蛋白(CRP) 90 mg/L,然而,在诸多检查后,已经排除了合并感染性疾病的可能。医生让她去做肺部高分辨CT检查,结果提示右肺中叶

有一阴影,考虑肿瘤可能性大。经肺穿刺活检,证实为支气管肺癌,转外科手术治疗后,王阿姨的踝关节疼痛缓解,目前门诊随访未出现关节疼痛。

其实王阿姨患的就是癌性关节炎。癌性关节炎也容易被忽视。

什么是癌性关节炎

其实,癌性关节炎可发生于任何类型的肿瘤患者,本病的发病机制还不是很清楚,但此类关节炎特别好发于支气管肺癌、前列腺癌和乳腺癌。癌性关节炎不是我们熟悉的癌细胞直接转移到骨或关节引起,也不是关节局部感染引起,更不是合并的某种类似于“类风湿关节

炎”的关节病。它是另外一种不属于上述原因引起的非特异性临床表现——统称为“副肿瘤综合征”或癌症的远处效应。因此,往往容易被人们所忽视。

《凯利风湿病学》一书中,将癌性关节炎定义为:“癌性关节炎是与肿瘤相关的关节炎,区别于肿瘤的

直接侵袭和转移。多见于老年患者,起病迅速,通常与恶性肿瘤相关,可类似于类风湿关节炎更常见的是表现为血清阴性的不对称关节炎。双下肢受累更多见,少数可累及双手小关节。癌性关节炎可见于多种恶性肿瘤,恶性肿瘤的成功治疗可改善关节症状。”

肿瘤患者出现关节炎要小心

那么,癌性关节炎有哪些表现?普通人该如何注意?



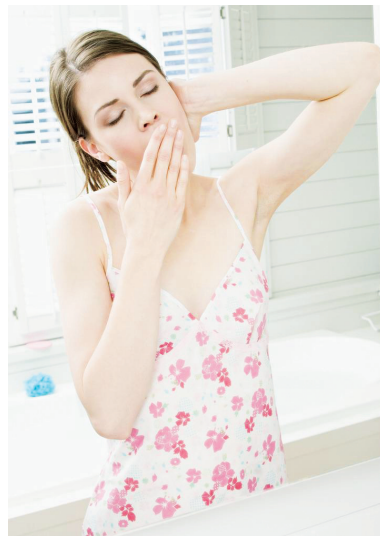
癌性关节炎常常发生在肿瘤确诊前几个月,当然也可以在肿瘤发生后逐渐出现。起病时可表现为关节突发疼痛,症状严重,部分早晨有僵硬感。在急性发作期,关节可有发热、红、肿胀及疼痛。起病往往非常迅速,以不对称关节炎常见,双下肢受累更多见,少数可累及双手小关节。临床表现酷似痛风性关节炎,经验不

足的医生很容易误判。

现代社会肿瘤的发病率逐渐增高,所伴发的副肿瘤综合征的临床表现多种多样,且无特异性,极易与其它疾病表现混淆。所以在遇到以四肢骨关节肿痛为首发症状的患者,诊断时需排查肿瘤可能。对肿瘤高发人群中有关节炎表现的,特别是针对常规抗风湿治疗疗效不理想者,临床上不仅在初诊时需要仔细筛查肿瘤,还应该随后的治疗中密切随访,警惕肿瘤的存在,以免误诊误治。

健康小贴士

睡前两小时 养生黄金期



俗话说:“药补不如食补,食补不如睡补”。我国古代医家历来重视睡眠养生,认为“眠食二者为养生之要务”“能眠者,能食,能长生”。现代医学研究也表明,人体经过睡眠可以促进组织生长发育和自我修复,增强免疫功能。如何才能一夜好眠?养生专家指出,睡眠不好的人,在每天睡前两小时——亥时,主动放松身心,避免做让精神高度兴奋的事,如剧烈运动等,非常重要。

亥时,即21时-23时,古人称为“人定”时分,即在此时间段,人需要安静下来。传统中医认为,此时段三焦经旺,三焦是六腑中最大的,具有主持诸气、通调水道的作用。亥时,三焦可通百脉,若在此时睡眠或准备休息,百脉可休养生息,对身体十分有益。也正因如此,这一时段是人们睡前养生的最佳时机。张湖德建议,睡眠欠佳的人在这两个小时养成7个习惯,不但有助于解决睡眠问题,还能养生保健。

●适度散步,促进睡眠。睡前1小时不宜进行紧张的脑力劳动,也应避免剧烈运动或体力劳动。如果想运动,可在睡前2小时左右适当散步,以半小时内、缓步为宜,可促进睡眠。

●热敷眼睛,减少黑眼圈。白天用眼频繁,难免出现干涩、疼痛等症状。睡前热敷一下眼部,有助改善眼部周围气血运行,有效缓解眼部疲劳,还能减轻黑眼圈。具体方法:洗脸后,用稍热的水(以感觉不烫为度)浸湿毛巾,轻轻敷在眼睛上,待温热感退去即可。

●按摩头部,消除疲劳。每天睡前用双手手指按摩头部,可刺激穴位,疏通头部血流,提高思维和记忆能力,促进发根营养,减少脱发,消除大脑疲劳,早入梦乡,还可改善偏头疼。建议每次从头顶向后、用双手手指梳到头皮发热,约5分钟为宜。

●热水泡脚,行气助血。睡前泡脚15-20分钟,可帮助气血下行,使大脑更放松,还能使脚部血管扩张,促进血液循环,起到舒筋活络作用。

(康健)

警惕食管癌的“元凶” 尽量避开这些致病因素



健康百科

食管癌是一种常见的消化道癌肿,其发病率和死亡率各国差异很大,我国是食管癌高发地区。浙江省肿瘤医院胸部肿瘤外科护士贾颖杰介绍,食道癌发生因素众多,是一个渐进过程,在癌变的过程中必有一种主要因素和若干次要因素,这些因素在癌变过程中又起着协同促癌作用。食道癌的发病主要与以下因素有关:

化学物质:亚硝胺类化合物是一种很强的致癌物质,研究表明食管癌高发地区食用酸菜的居民,胃液、尿液中存在有诱发食管癌的甲基苄基亚硝胺、亚硝基吡咯烷、亚硝基胍啶。大量进食酸性食物,如乳酪、甜点等,体质酸化,癌细胞不会像正常细胞因环境酸化而死亡,事实上癌细胞是正常细胞为了在酸性环境里生长,采取主动变异,这就是癌变的开始。

食管黏膜损伤:长期喜进烫食、粗食,饮浓茶,多食辣椒等刺激性食物可引起食管黏膜损伤、引起食管黏膜增生渐变,也可能是致癌

因素之一。吸烟、饮烈性酒与食管癌发病有一定关系。各种长期不愈的食管炎可能是食管癌的癌前病变。

霉菌致癌因素:研究发现,霉变食品可以诱发小鼠食管和胃的癌前病变或鳞状上皮癌。这类霉菌与亚硝胺促癌有协同作用。

微量元素和营养不良:食道癌高发区人群中血清钼、发钼、尿钼及食管癌组织中的钼都低于正常。食管癌高发区水土中缺少钼,钼的抑癌作用被多数学者证实。营养不良、人动物蛋白不足和部分维生素缺乏是食管癌高发区居民饮食的共

同特点。大多营养不良的高发地区食管癌并不高发,这不是一个主导因素。

遗传因素:食管癌具有显著的家族聚集现象,高发区连续三代或三代以上患病家族屡见不鲜,但食管癌不存在遗传,而是与家庭饮食习惯有密不可分的关系。

以上列举的各类因素仅仅是食管的高危因素,和许多疾病一样,目前还未明确食管癌的致病因素。虽然如此,我们还是要重视食管癌的预防,尽量避开这些致病因素。

(通讯员 谢文竹 王屹峰)