

关注全国肿瘤防治宣传周

“外婆40多岁因乳腺癌去世,母亲39岁那年也是因乳腺癌走的,下一个会不会是我?”“爸爸妈妈前些年接连患上了食管癌,我该怎么办?”近年来,家庭成员“组团”患癌的病例数不胜数,很多人戏称“夫妻癌”“子女癌”……

很多癌症家属心生恐惧,癌症究竟会不会遗传?家族里出现多人患癌,自己是不是也在劫难逃?4月15日至21日是第29届全国肿瘤防治宣传周,《健康周刊》特邀海南省人民医院肿瘤内科主任王琳为大家答疑解惑。

# 「癌」会传给下一代?

■ 本报记者 侯赛 通讯员 冯琼

癌症到底会不会遗传?

黄曲霉素、酒精、甲醛、紫外线作为常见致癌因素可能更为公众所熟知,但遗传因素在癌症患病因素中占据怎样的位置呢?

近年来,随着基因检测技术的进步,越来越多的研究揭示了肿瘤遗传的分子机制和表现遗传学在肿瘤发生发展中的调控作用。肿瘤易感基因的筛选和临床应用也在迅速地丰富和发展。

一项覆盖9512对双胞胎的研究表明,遗传因素在前列腺癌的发病风险中占42%,结直肠癌中占35%,乳腺癌中占27%,卵巢癌占22%。可见至少在一些特定的肿瘤中,遗传因素确实起着非常重要的作用。

目前,临床上已经确认了多种肿瘤易感基因,例如和乳腺癌、卵巢癌密切相关的BRCA1、BRCA2、PALB2、RAD51C、RAD51D基因;和结直肠癌、子宫内膜癌、胃癌、小肠癌、肝胆癌、脑癌等多种癌症有关的MMR基因;和白血病、淋巴瘤、儿童肿瘤有关的TP53基因等。

家族聚集性的肿瘤一般有三个特点:一是多发,血亲中有2个以上患同类癌。二是年轻,患同一种癌症的亲属越多,诊断出癌症时的年龄越小,那么是家族遗传性癌症的可能性也就越大。三是这种类型的癌比较罕见。所以,如果是60岁以上的两个亲戚得了不相关的癌症,那很可能和遗传一点关系都没有。但如果有的亲人20多岁就患上了结直肠癌或乳腺癌,就要引起重视,有可能是家族聚集性癌症。

如果是家中父母患有家族聚集性易发癌症,子女也一定会遗传吗?

王琳表示,不一定。他解释说,肿瘤的遗传和通常我们所说的遗传病不同。大家所理解的遗传病如多指(趾)、先天性聋哑、血友病等是完全由遗传因素决定并发病,也就是父(母)亲得什么病,那么子女也得同样的病。而肿瘤的遗传性并不是遗传癌症的本身,而是遗传该类肿瘤的易感性。也就是说,有遗传基因的人不一定会得癌症,但的确比常人更容易患上特定类型的癌症,且患病年纪也更年轻。就像高血压、糖尿病一样,先天基因加上后天的习惯共同作用出现不同的结果。一个高血压父亲的孩子,有人患病,而有的人通过运动、饮食等手段干预后,并不患病,不过他的孩子患高血压概率比一般孩子要高。

为何会出现「子女癌」「夫妻癌」?

癌症为何有时会出现在同一家族内?答案可能有以下两种原因:

一是由于继承了家族性的基因缺陷,有些人患上某些癌症的概率会大大增加。

二是相似的生活方式与生活环境,尤其是一些不健康的生活习惯,比如吃得健康、运动少、吸烟等,或同处在胃癌、食管癌的高发地区,同时受到了房屋装修污染等,可能会造成家族内出现同一种癌症。

2013年,因为家族里有多人得乳腺癌,知名好莱坞影星安吉丽娜·朱莉切除了自己的乳腺,一度引起了轰动。那么,家族里已有两个乳腺癌患者,其他女性该不该切除乳腺来预防癌症的发生?

对此,王琳认为要区别对待。同样携带有BRCA1基因变异的人,并不意味着就一定会患上癌症,也没必要每个人都像安吉丽娜一样必须切除乳腺。他建议,出现这种情况后,建议到相应的肿瘤专科门诊就诊,做肿瘤专项检查,开展早筛、早查,必要时做基因检测,如果基因检测证实风险很高,或者出现相应的症状,以及影像学的变化,可以根据专业医生的建议,考虑采取相应的干预手段。

如果爸爸和妈妈都患食管癌,也就是“夫妻癌”,作为子女怎么办呢?王琳介绍,“夫妻癌”主要是因为后天因素即外因造成的,与相近的生活环境、习惯和饮食特点等相关。如果家庭成员中出现恶性肿瘤病例,其他人应当注意改善生活习惯,咨询专业医生,定期体检,必要时到医院进行相应的肿瘤筛查。

防癌基因检测有必要吗?

基因检测是指通过血液或其他体液对基因进行的检验技术,通过对基因的提取、分析来检查基因的结构以及表达的遗传信息是否正常,可以帮助判断某些疾病的发生风险或发展程度,从而预防或治疗某些疾病。

王琳介绍,癌症本身并不会遗传,但癌症的易感基因却可以遗传,基因检测能大致判断患者本身的肿瘤基因突变类型,筛查出携带突变基因的高危人群,不仅可预测患癌风险,还能有针对性地制定健康管理方案,及早进行预防和干预。但是,癌症基因检测并非人人需要,不提倡无指征的过度检测。

癌症患者的近亲家属,尤其是家族中有两人以上患癌,患癌年龄很小,或者患多种肿瘤,患有罕见癌症的近亲家属,才需要怀疑是否有家族遗传倾向。

对于已经确诊癌症的患者,基因检测有助于精准治疗,确定是否可以使用靶向治疗药物、免疫治疗药物等。如果条件允许,建议患者尽量选择多基因检测,以全面了解多种变异类型,从而进行更加精准的治疗。对于已经出现耐药的肿瘤患者,也应尽量选择多种基因检测,以发现潜在的耐药机制,从而为后续治疗方案的选择提供信息。

进行癌症风险检测:以下情况应考虑

- 家族中有成员在非常年轻的时候患癌症
- 近亲患有罕见的癌症,且该癌症与遗传密切相关
- 家族中几位一级亲属罹患同一种癌症
- 家族中的患癌病例都与同一个基因突变相关,如BRCA1与乳腺癌
- 体检时发现与遗传性癌症相关的情况,如家族性腺瘤息肉病、胃肠道多发性息肉等
- 家族中有一个或多个成员具有已知的遗传突变

本版制图 许丽 文字 侯赛



癌症的年龄分布情况是什么?

死亡率随年龄增加而逐渐上升,在城市和农村,男性死亡率均较女性更高,但在低年龄段中,男女年龄死亡率接近。死亡率在35岁之前呈现交替上升趋势,35岁之后男性各年龄组死亡率均高于女性,且差异随年龄的增加而增大。

(侯赛 辑)

癌症的男女分布情况如何?

根据国家癌症中心发布的《2016年中国癌症发病率和死亡率》报告显示,不管男性还是女性都有几种“高发癌”,重点要防好!

男性“高发癌”:肺癌、肝癌、胃癌、结直肠癌、食管癌,这5种癌症占男性所有新诊断癌症的约68.83%。也就是说,预防好这5种癌症,男性就可以预防68.83%的癌症。

女性“高发癌”:乳腺癌、肺癌、结直肠癌、甲状腺癌、胃癌,这5种癌症占女性癌症死亡总数的约56.11%,预防这5种癌症,女性就可以预防56.11%的癌症。

排名前五的高发恶性肿瘤是什么?

肺癌位居我国恶性肿瘤发病首位,2016年我国肺癌新发病例约82.81万。

其他高发恶性肿瘤依次为结直肠癌、胃癌、肝癌、女性乳腺癌等,前5位恶性肿瘤发病约占全部恶性肿瘤发病的57.27%。

肺癌、肝癌、胃癌、结直肠癌、食管癌是主要的肿瘤死因,约占全部肿瘤死亡病例的69.25%。

最新全国癌症数据

近日,国家癌症中心、国家肿瘤临床医学研究中心、中国医学科学院北京协和医学院肿瘤医院联名重磅发布《2016年中国恶性肿瘤流行情况分析》(以下简称《分析》),首次提供了我国各省癌谱流行情况。由于癌症统计会有一定的滞后性,因此这次公布的是2016年全国癌症发病和死亡数据。

根据《分析》,2016年全国恶性肿瘤新发病例约406.40万,死亡病例数约为241.35万例。也就是说,我国平均每天有1万多人会被诊断为新发癌症,平均每分钟有7人确诊。

流行情况分析  
中国恶性肿瘤

延伸阅读

门诊连线

## 重视“社交尴尬” 守护盆底健康

■ 本报记者 侯赛 通讯员 符王润

“笑尿了”,这个词通常是形容一件事物特别搞笑的夸张说法。但对于中老年女性来说,这可能是一个藏在心底的难言之隐。不少老母亲都经历过“笑尿了”,也就是盆底肌松弛造成的压力性尿失禁。

“一笑就漏尿,咳嗽打喷嚏也漏尿,甚至起身走动一下,也会不由自主湿了裤子。不敢出门、不敢大笑、不敢多喝水,外出跳广场舞更是奢望。”说起这些年的难言之隐,一些中老年阿姨们感同身受,眼里泛着泪水。

海南妇女儿童医学中心孕产保健科主任劳海红介绍,盆底肌松弛造成的尿失禁是指不受意识控制的尿液自动流出,一般好发于中老年女性,多是由于经过妊娠、分娩,或者身体肥胖,有其他的盆腔疾病,导致控制尿液的肌肉功能下降。随着年龄增长,特别是绝经后期,雌激素减少引起盆底支持结构萎缩,导致盆底松弛。当腹压增加的时候,尿液就会不受控制地流出。该疾病对生活质量影响很大,应尽早治疗。

部分压力性尿失禁患者不伴有其他临床症状,但大多伴有不同程度的腰部酸痛或下坠感、排便困难、尿排空障碍等临床症状。中重度子宫脱垂患者,由于暴露在外的宫颈和阴道黏膜长期与衣裤摩擦,还会发生溃疡、出血,严重者化脓糜烂,甚至恶变。

针对盆底肌松弛造成的压力性尿失禁可以选择非手术治疗和手术治疗。

非手术治疗适用于所有患者,包括生活方式干预、盆底肌训练和物理治疗。生活方式干预如减重、戒烟、减少增加腹压的活动、积极治疗便秘和咳嗽等。盆底肌训练方便易行,不需要借助任何工具,可随时随地进行,具体操作是:行肛门收缩运动,用力收缩盆底肌肉3秒以上后放松,每次10~15分钟,每日2至3次,长期坚持对轻度患者可延缓病情进展。物理治疗有生物反馈、电刺激、综合盆底电生理治疗技术,是压力性尿失禁的有效治疗方法。

压力性尿失禁的手术方法有很多种,目前较常用的是耻骨后膀胱尿道悬吊术和经阴道无张力尿道中段悬吊带术等。

劳海红提醒,随着年龄增长,盆底功能障碍性疾病发病率增高,及早干预,疗效越好。我们需要积极进行生活方式干预,重视妊娠期和分娩期对盆底损伤的预防,尽量减少医源性的盆底组织损伤,普及和推广产后盆底功能康复治疗,重视子宫切除术后续盆底康复治疗。

## 热浪来袭 防晒技能学起

■ 张翼

临近立夏,全国多地迫不及待地进入“体验版初夏”。据中国气象局国家气候中心预测,今年夏季,除黑龙江中部和北部气温较往年同期略微偏低外,全国大部分地区气温将接近常年同期到偏高的水平。

高温来袭,紫外线也在借势发威,提醒大家防晒需要提上日程。近日,中华医学会、中华医学会皮肤性病学分会等联合发布了《日晒伤基层诊疗指南(2023年)》,为今夏防晒提供了一套全方位指导。

要防止被紫外线灼伤,中南大学湘雅医院皮肤科主任医师陈翔建议遵循5条原则:

1. **躲着阳光走。**避免长时间日晒,尽量避开上午11点至下午3点之间进行户外活动。小于6月龄的婴儿应尽可能在阴凉处活动。

2. **穿长衣戴大帽檐。**需要长时间户外运动时,建议使用宽檐帽和长袖衬衫来保护和遮盖身体。织纱密度越高、颜色越深或加有防晒涂层,其紫外线吸收能力越强,防晒效果越好。

3. **防晒霜+衣帽,效果加倍。**建议选择SPF30以上的防水防晒霜,均匀涂抹在面、颈、肩等日晒伤好发部位。防晒霜应在日晒前30分钟涂抹,并每两小时或出汗、游泳后补涂。要注意,别给儿童使用含有维生素A、羟苯甲酮、香料、对羟基苯甲酸酯及其他防腐剂的防晒霜,以免诱发刺激性皮炎。

4. **皮肤“疼”了就回屋。**皮肤开始感到灼热或刺痛时,应立即避免日晒,回到室内或阴凉处。

5. **服用某些药物要避光。**正在服用光敏性药物(多西环素、磺胺、灰黄霉素、胺碘酮、四环素类抗菌药物和非甾体抗炎药)的人群,或患有结缔组织病等光敏感的人群,应遵医嘱避免日晒。

一旦晒伤,应立即用生理盐水、硼酸溶液或2.5%呋喃美辛溶液冷湿敷患处。然后,局部外用糖皮质激素药膏,缓解红斑及局部皮肤充血,抑制日晒后色素沉着,缓解局部皮肤疼痛感。若形成皮肤大疱,则应保持疱壁完整,尽快就医处理。

(据《环球时报》,略有删节)

