



写在第26个全国肿瘤防治宣传周到来之际 癌症预防有妙招 早做筛查是关键

4月15日至4月21日是第26个全国肿瘤防治宣传周,本次宣传周的主题是“癌症防治 共同行动”。近年来,我市癌症的报告发病率和死亡率保持平稳,均处于全省平均水平。为提高全社会癌症防控意识,营造全民防癌抗癌的良好氛围,近日,市疾控中心专门分析了2019年我市癌症的发病及死亡情况。

记者 叶宁 通讯员 朱洪挺 胡浩



恶性肿瘤成为 头号杀手 肺癌发病率死亡率排首位

2019年,在我市居民死亡原因分析中,因癌症死亡的比例达到27.6%,比位居第二位的脑血管病高出约6个百分点。近几年,恶性肿瘤已成为我市居民的“头号杀手”。市疾控中心相关专业人员介绍,恶性肿瘤就是癌症。2019年,我市报告癌症新发病例2359例,死亡1063例,发病率和死亡率男性均高于女性,尤其是死亡率男性明显高于女性。

中老年人是恶性肿瘤发病和死亡的高危人群。根据分析,恶性肿瘤的发病率和死亡率随年龄的增长而上升,尤其是50岁以上人群发病率、死亡率均同比快速上升。但癌症并不仅仅是中老年人的“专利”,它影响到我们每一个人。

数据显示,2019年,全市恶性肿瘤

发病率前五位的依次为肺癌、甲状腺癌、结直肠癌、胃癌、肝癌,死亡率前五位的依次为肺癌、肝癌、胃癌、结直肠癌、胰腺癌。其中,男性恶性肿瘤发病率前五位的分别为肺癌、结直肠癌、胃癌、肝癌、甲状腺癌,死亡率前五位的依次为肺癌、肝癌、胃癌、结直肠癌、食管癌;女性恶性肿瘤发病率前五位的分别为肺癌、甲状腺癌、乳腺癌、结直肠癌、宫颈癌,死亡率前五位的依次为肺癌、肝癌、结直肠癌、胃癌、胰腺癌。由此可见,不管是男性还是女性,肺癌发病率均排在首位。不仅如此,肺癌的死亡率也排在首位,约占癌症死亡的1/3。事实上,在当今世界上,肺癌被认定为对人类健康与生命危害最大的恶性肿瘤,堪称“杀手之王”。该专业人员说。

肿瘤防治事关民生福祉 “医共体+肿瘤筛查”模式有成效

肿瘤防治事关民生福祉。为进一步加强我市肿瘤防治工作,2019年,市卫健局结合“3+1”医防体系建设,出台了《永康市居民消化道肿瘤筛查工作实施方案(试行)》,拟利用5年时间(2019年到2023年),完成本市26万名40周岁至69周岁的居民的消化道肿瘤筛查工作。

据了解,在2019年,我市已完成86个村覆盖40周岁至69周岁目标人群28667人的筛查,参与问卷调查人数19381人,筛查出需胃镜检查3828例,完成胃镜检查2301例,检出上消化道肿瘤10例,其中癌前病变或早癌8例,筛查出需肠镜检查2762例,完成肠镜检查1481例,检出下消化道肿瘤69例,其中癌前病变或早癌63例。

癌症是严重威胁居民健康的重大慢性病之一,预防筛查和早诊早治是全世界普遍认同的降低癌症发病率、死亡率的有效手段。我市是全省首个开展全消化道肿瘤筛查的县市,2019年以来,市卫健局在医共体新形势下及时调整工作思路,创新推出“医共体+肿瘤筛查”工作模式,成立永康市居民消化道肿瘤筛查项目工作领导小组,

设立早筛专项基金,同时联手浙江省癌症中心,成立以浙江省肿瘤医院副书记、副院长程向东为组长的省级技术指导专家组,开展我市全市消化道肿瘤筛查项目。

为有效分解该早筛任务,市卫健局依托市第一人民医院与市中医院创建的两大医共体集团,分别负责辖区的消化道肿瘤筛查工作。由各医共体成员单位(镇、街道、区)卫生院(社区卫生服务中心)负责问卷调查、遴选化验、统一评估以及内镜检查前的准备工作,遴选出需要内镜检查的A、B类人群,分别送各自的医共体集团总医院进行内镜诊疗。

接下来,我局将继续推进肿瘤早筛,倡导居民早发现、早诊断、早治疗,到2022年实现居民死亡率及人均期望寿命“一降一升”目标。市卫健局党委书记、局长李兴周说。



延伸阅读

科学有效防治癌症的核心信息及知识要点

癌症是一类严重危害群众健康的慢性病

1.癌症是一大类疾病的总称,我国每年新发癌症病例超过350万例,死亡病例超过200万例,防控形势严峻。2.我国最常见的癌症有肺癌、乳腺癌、胃癌、肝癌、结直肠癌、食管癌、宫颈癌、甲状腺癌等。近年来,肺癌、乳腺癌、结直肠癌等发病率呈显著上升趋势,肝癌、胃癌、食管癌等发病率也居高不下。3.大部分癌症是在外界因素长期作用下,人体基因损伤和改变的结果,是一个多因素、多阶段、复杂渐进的过程,从正常细胞发展到癌细胞通常需要十几年到几十年的时间。4.致癌因素十分复杂,包括化学、物理和慢性感染等外部因素以及遗传、免疫系统、年龄、生活方式等人体内部因素。

癌症是可以预防的

1.世界卫生组织提出:三分之一的癌症完全可以预防;三分之一的癌症可以通过早期发现得到根治;三分之一的癌症可以运用现有的医疗措施延长生命、减轻痛苦、改善生活质量。2.我们可以通过三级预防来进行癌症的防控,一级预防是病因预防,减少外界不良因素的损害;二级预防是早期发现,早期诊断,早期治疗;三级预防是改善生活质量,延长生存时间。3.国际先进经验表明,采取积极预防(如戒烟限酒、早期筛查等)、规范治疗等措施,对于减少癌症的发病和死亡具有显著效果。4.我国实施癌症综合防治策略较早的一些地区,癌症发病率和死亡率已呈现下降趋势。

改变不健康的生活方式可以预防癌症的发生

1.世界卫生组织认为癌症是一种生活方式疾病。2.吸烟、肥胖、缺少运动、不合理膳食习惯、酗酒、压力过大、心理紧张等都是癌症发生的危险因素。3.戒烟限酒、平衡膳食、适量运动、心情舒畅可以有效降低癌症的发生。4.癌症的发生是人全生命周期相关危险因素累积的过程。癌症防控不只是中老年人的事情,其他人群要尽早关注癌症预防,养成健康的生活方式,避免接触烟草、酒精等致癌因素,降低癌症的发生风险。

癌症不会传染,但一些致癌因素是会传染的

1.癌症是由于自身基因发生变化而产生的,是不会传染的。2.一些与癌症发生密切相关的细菌(如幽门螺杆菌)、病毒(如人乳头瘤病毒、肝炎病毒、EB病毒等)是会传染的。3.通过保持个人卫生和健康生活方式、接种疫苗(如肝炎病毒疫苗、人乳头瘤病毒疫苗)可以预防会传染的细菌和病毒的侵袭,从而预防

防癌症的发生。

规范的防癌体检能够早期发现癌症

1.防癌体检是在癌症风险评估的基础上,针对常见癌症进行的身体检查,其目的是让群众知晓自身患癌风险,发现早期癌症或癌前病变,进行早期干预,从而让患者能及时治疗。2.目前的技术手段可以早期发现大部分的常见癌症。胸部低剂量螺旋CT技术可以检查肺癌,超声波结合钼靶技术可以检查乳腺癌,胃肠镜可以检查消化道癌等。3.要根据个体年龄、既往检查结果等选择合适的体检间隔时间。4.防癌体检专业性强,讲究个体化和有效性,应选择专业的体检机构进行。

早诊早治是提高癌症生存率的关键

1.癌症的治疗效果和生存时间与癌症发现的早晚密切相关,发现越早,治疗效果越好,生存时间越长。2.关注身体出现的癌症危险信号,出现以下症状应及时到医院进行诊治,包括:身体浅表部位出现的异常肿块;体表黑痣和疣等在短期内色泽加深或迅速增大;身体出现的异常感觉:哽咽感、疼痛感等;皮肤或黏膜经久不愈的溃疡;持续性消化不良和食欲减退;大便习惯及性状改变或带血;持久性声音嘶哑,干咳,痰中带血;听力异常,鼻血,头痛;阴道异常出血,特别是接触性出血;无痛性血尿,排尿不畅;不明原因的发热、乏力和持续性的体重减轻。

发现癌症要选择正规医院接受规范化治疗

1.癌症的治疗方法包括手术治疗和非手术治疗两大类,非手术治疗包括放射治疗、化学治疗、靶向治疗、免疫治疗、内分泌治疗、中医治疗等。2.规范化治疗是长期临床治疗工作的一种科学总结,根据癌症种类和疾病分期来决定综合治疗方案,是治愈癌症的基本保障。3.癌症患者要到正规医院进行规范化治疗,不要轻信偏方或虚假广告,以免贻误治疗时机。

癌症康复治疗可以有效提高患者的生存时间和生活质量

1.癌症康复治疗包括心理康复和生理康复两大部分,是临床治疗过程中必要的途径。2.癌症患者的康复要做到:乐观的心态、平衡的膳食、适当的锻炼、合理的用药、定期的复查。3.疼痛是癌症患者最常见、最主要的症状。要在医生帮助下通过科学的止痛方法积极处理疼痛,不要忍受痛苦。4.要正视癌症,积极提高身体免疫力,保持良好心理状态,达到病情长期稳定,与癌症和平共处。