

关注健康热点，传递养生观念，聚焦疾病防治

热线 86901890



抗癌·专家

副院长、肿瘤外科主任医师应荣彪：

坚持游泳十年 追求每台手术精益求精



应荣彪，浙江省肿瘤医院台州院区（台州市肿瘤医院）副院长，肿瘤外科主任医师，台州市“十二五”医学重点培育肿瘤学科带头人，温岭市肿瘤学重点学科群带头人，温岭市肿瘤学名医工作室领衔人。

记者 朱丹君

这是一名肠癌患者，术后4个月出现肿瘤复发。4月1日，浙江省肿瘤医院台州院区（台州市肿瘤医院）副院长、肿瘤外科主任医师应荣彪，组织放射影像科、病理科、肿瘤内科等专家，开展肿瘤多学科（MDT）病例讨论。专家们仔细查看了患者的检查单、病理化验单等，经过半个多小时的讨论，明确了下一步的治疗方案。

这是一种特殊病理类型的肠癌，术后这么短时间就出现复发，极其罕见。这是一次学术的碰撞，也是一次学习的过程。据应荣彪介绍，MDT病例讨论在医院起步较早，通过专家集思广益、充分讨论，可以使后期治疗更加规范，促进医疗技术的提升。同时，让患者家属对疾病预后有更全面的认识，增进对医生的信任度。

医学在进步，手术方案也在不断完善

不少人误认为，老年人得了肿瘤，是不能治的，更不可能做手术，甚至认为治疗了反而会加重病情。

医学在进步，我们的手术方案也在不断完善。在肿瘤外科领域工作多年，应荣彪说，近几年，外科手术主要以微创与快速康复为特色，八十多岁的老年患者，如果没有明显禁忌症，完全可以考虑手术。

年龄不是问题，下周我还要给一位90多岁的肿瘤患者做手术。应荣彪告诉记者，患者术前6小时可以吃流质食物，术前2小时喝碳水化合物饮料，不需要禁食；术后12个小时，就可以下地行走，这样可以防止血栓形成，促进肠道蠕动，尽快进食，也能减少应激反应，增加营养。

在高清腔镜下，视野更加清晰、直观，手术可以做得很精细。应荣彪说，通过视频培训、教学，让外科医生尽快掌握手术要领，目前医院外科团队整体水平有了质的飞跃。

只要是手术都会有风险，我们要做的就是把每一台手术的风险降到最低，最大限度地减轻患者的痛苦。应荣彪说。为此，他带领医护团队进行了充分的术前大讨论，为患者制定周密的手术方案。术后，外科团队定

期召开学术会议，对手术录像进行总结、分析，希望达到精益求精的目的。

一台复杂的手术很成功，什么疲倦都烟消云散了

从医28年来，应荣彪做过的手术不计其数，为无数肿瘤患者带去了生的希望。

多的时候一天做5台手术，从早上8点到晚上8点都在手术室，不见天日，但无怨无悔。应荣彪说。

采访期间，应荣彪的电话响个不停。我的手机号码公布后，很多患者会打电话咨询，或者约时间来就诊。应荣彪说，这会占据他很多休息时间，但是给予患者方便，他觉得很值得。

每天的工作很繁忙，但应荣彪看着精力十分充沛。每天，应荣彪都会抽半个小时游泳，这个习惯他已经保持了10年，游泳的时候，头脑会特别清醒，我会回顾一天的工作，再安排新的工作内容。

对外科医生来说，这既是一份体力活，也是一份脑力活。碰到难的手术，有时要连续做三四个小时。手术后，应荣彪有时回到家里都是晚上七八点钟，家里的事情他基本顾不上，如果一台手术很顺利，一台复杂的手术很

成功，那什么疲倦都烟消云散了。

外科医生的成长没有捷径，需要从无数的手术中磨炼出来。

原先，外科医生的成长之路很缓慢，现在快了不少。应荣彪说，腔镜时代，外科医生的职业生涯大大延长了。浙江省有位老专家80岁还在开刀，希望我也能干到这个年纪。

将肿瘤纳入全程管理，用心为患者服务

近年来，恶性肿瘤发病率和死亡率持续上升，已经成为严重威胁中国人群健康的主要公共卫生问题之一。

应荣彪说，大部分的肿瘤与我们的生活环境、不良生活习惯有关，比如熬夜、抽烟、酗酒；另外一部分跟遗传、基因相关。

肠癌发病率有明显增高，相比胃癌发病率有所降低。应荣彪认为，现代人饮食更加精细，过量食用高蛋白、高脂肪、低纤维的食物，导致肠道息肉高发，进而发展成为肠癌。

大部分的肠癌是由肠息肉演变引起的，但是恶变的过程长达5至15年。如果及时发现，切除息肉，就可以防止肠息肉恶变。对此，应荣彪建议，45岁以上的市民，有家族遗传史的、长期便血的患者，或者出现不明原因消瘦，反复腹痛的患者，需要做一个肠镜检查。

从2019年开始，医院相继承接了肺癌、直肠癌等重点人群筛查项目，受益群众达百万人。早期肿瘤患者，通过筛查发现的越来越多，越早治疗，治愈率就越高。应荣彪说，如今，医院还将恶性肿瘤作为慢性病，纳入全程管理，并形成了随访制度。

这份职业，让我很有成就感。应荣彪说，温岭本地贫困的肿瘤患者很多，在治疗时，他总是设身处地地为患者着想，用心为患者服务，从医这么多年，我很少碰到过医疗纠纷。在应荣彪的带领下，医院外科团队愈加强大。

**二三十岁痛风患者占半
医生：很多都是作的**

记者 朱丹君

每天饮料当水喝，炸鸡、薯条等各种零食不停嘴，还长期熬夜打游戏，16岁的小军（化名）一次半夜被痛醒，右脚背又肿又痛。第二天，小军在父母的陪同下到医院就诊，他的血尿酸达到490纳摩尔每升。综合其他症状，他被诊断为痛风。

我接诊的患者中，二三十岁的年轻痛风患者几乎占了一半。市一院风湿免疫科副主任医师王文龙说。根据中国疾控中心相关数据统计，我国高尿酸血症患者占25%以上，而且年轻化现象突出。

每年的4月20日是“全民关注痛风日”，这是因为血尿酸的正常值是420纳摩尔每升，高于420纳摩尔每升就被称之为高尿酸血症。因此，防治痛风要记住420。医生提醒，高尿酸血症不仅会引起痛风，还会带来肾损害、心血管疾病、糖尿病等诸多危害，不可忽视。

饮料当水喝，7岁孩子血尿酸严重超标

这么年轻就得了痛风，想必很多人的第一反应都是难以置信：是不是医生搞错了？痛风，不是只有老年人才会得吗？

这不是个例，任何年龄都可能罹患痛风。王文龙医生说，他曾接诊过一名7岁的孩子，血尿酸达到700纳摩尔每升。这名患儿平时不喝水，而是将饮料当水喝。虽然这名患儿还没有出现痛风症状，但若不干涉，痛风发作只是时间问题。

有些孩子沉迷电子游戏，甚至连水都不喝，理由是怕上厕所影响打游戏。王文龙医生说，有些孩子每天不喝水，只喝高糖、碳酸饮料，而这些含糖饮料进入体内后会代谢成果糖，进而转化

为合成嘌呤的底物，使尿酸生成增多。另外，久坐不动、长期熬夜，也会影响人体代谢，导致尿酸排泄减少。

肥胖是引发痛风的另一个重要原因。不胖的年轻痛风患者很少。王文龙医生说，肥胖合并高尿酸血症的比例比体型正常的人要高得多，并且高血压、高血脂、肾损害发生的风险明显升高。

所以，家长一定要帮助孩子养成健康的饮食生活习惯，减少高嘌呤及高热食物的摄入量，多饮水、多吃水果蔬菜，少喝高糖、碳酸饮料，平时要坚持体育锻炼，适量运动，保持正常的体重。

海鲜当饭吃，30岁小伙子被痛风缠了四五年

医生，这个苏打水能喝吗？听说可以降尿酸，王先生每天都带着一瓶苏打水。这是商家广告，苏打水一般会放一点果糖，而果糖影响尿酸排泄。即使不含有果糖，苏打水也没有确切的降尿酸作用。每周一、三，王文龙医生的诊间，总能看到很多年轻的患者。

血尿酸321，肌酐65.3。看了患者的检查报告单后，王文龙医生说。降尿酸，不图快，

要图稳。坚持3~6个月，痛风即可不再发作。王文龙说，尿酸不能降得太快，不然会导致痛风急性发作。

王先生是卖海鲜的，平时，海鲜当饭吃，家里海鲜从没有断过。王先生今年30岁，四年前出现足背疼痛，后被诊断为痛风。

规范用药，把血尿酸控制好，痛风就不会发作了。对于医生的叮嘱，王先生再三表示感谢。

长期服用激素或止痛药物，导致胃部受损

有一名四十多岁的男性患者，在妻子的陪同下前来就诊。这次感觉手热乎乎的，吃了药也没啥用。患者称，十多年前，他的第一跖趾关节疼痛，后被诊断为痛风。但他一直没放在心上，痛风发作了，就吃点激素、止痛药，不痛就不管它。

他一直不肯来医院，这次胃不舒服，才被我拉过来的。患者的妻子无奈地说。现在痛风一年发作多少次？一年有十多次吧。平时有高血压、肾结石吗？有的。经过简单的咨询，医生基本心中有数了。

长期吃降压药，会影响尿酸。对此，王文龙医生有点无奈，有些患者不规范用药，长期吃激素、止痛药，容易引起胃溃疡、胃出血。

痛风患者肾结石发生率是正常人的200倍。王文龙医生说，痛风急性发作时，受累关节多见于大拇趾、足背，局部出现红、肿、热、痛和功能障碍，如今这名患者痛到上半身，说明病情加重了。

其实，这名患者的胃溃疡、肾结石都是可以避免的。只要规范地降尿酸，将尿酸控制在360纳摩尔每升，痛风就不会发作。王文龙医生说，有些患者走了好多弯路，等病情严重了才去正规医院找医生治疗。

据介绍，痛风不仅痛起来要人命，导致痛风石、关节损伤，更严重的是肾脏损害。数据显示，许多长期痛风者有肾脏损害，表现为慢性痛风性肾病、尿酸性肾结石和急性梗阻性肾病。

链接

如何预防痛风

1. 每天喝够2000毫升水
防尿酸升高，要多饮水，每日饮水量要保证尿量在2000毫升以上，差不多相当于两大瓶矿泉水。

2. 每周一定要有150分钟的有氧运动

每日应进行30分钟以上的中等强度运动，将体重控制在正常范围内。比如游泳、健走、跳健身操、骑行等都可以。

3. 每天肉类摄入量控制在一个手掌量

根据《中国居民平衡膳食宝塔（2016）》的建议，每天摄入水产品40~75克、畜禽肉40~75克，那么肉类一天的量就是80~150克。这里重量是肉类的生重，即烹调前的重量。

4. 少吃高糖食物
少吃高糖食物，尤其是果葡糖浆食物。《中国居民膳食指南（2016）》提出的建议是：

每人每日添加糖摄入量不超过50克，最好限制在25克以内。

医院建在车轮上 东方医院引入全市首辆综合性移动医疗车



次。

启动仪式上，医院还成立了健康服务先锋队，后期将开展义诊、健康讲座等活动，提高全民健康意识。同时，让百姓在家门口就可以做相关检查，更加方便快捷，做到重点人群疾病早筛查、早治疗、早康复，真正使广大患者和家庭受益。



本报讯（记者朱丹君 通讯员史一岚文/图）守望初心，助力健康。4月20日上午，台州恩泽医疗中心（集团）温岭东方医院举行移动医疗车启动仪式。据悉，这是我市医院引进的首辆综合性移动医疗车，它将深入农村、企业、学校等地，开展义诊服务，将健康服务直接送到群众的家门口。

在启动仪式现场，一辆又长又大的客车吸引了众人的目光。进入客车内部，我们发现车内大有玄机，车上配备了DR、B超、心电图等检查设备，它打破了传统医疗诊断和检测的空间限制。

这辆移动医疗车是医院斥巨资购买的，可实现快速检查、读片，并建立健康档案，让百姓在家门口就能享受便捷服务。医院相关负责人介绍，移动医疗车提高了筛查及时性，提升了医院在公共卫生服务、突发事件应急救援等方面的能力。

让我们的移动医疗车，承载着东方人的爱心，继续为百姓的健康服务。院长陈金华在启动仪式上说，移动医疗车让医院的医疗服务更加多元化，也让医院的医务人员以更高端的形象走进群众、服务群众。后期医院将组建专职体检队，开展惠民、利民工程，为进一步推动医院内外循环的一体化建设奠定坚实的基础。

2021年是特殊的一年，我们迎来了中国共产党成立100周年，也是医院第六个五年规