

# 中西医结合治疗恶性肿瘤的优势与挑战

□刘翠

恶性肿瘤,作为一类严重威胁人类健康的疾病,其治疗一直是医学界关注的焦点。随着医学研究的深入,中西医结合治疗恶性肿瘤已成为一种重要的治疗策略。本文将从中西医结合治疗恶性肿瘤的优势与挑战两方面进行科普。

## 优势

### 1.提高治疗效果

中西医结合治疗恶性肿瘤,能够充分发挥中医与现代医学各自的优势。中医注重整体调节,通过辨证施治,改善患者的内环境,提高机体免疫力;而现代医学则通过手术、放疗、化疗等手段直接攻击肿瘤细胞,抑制其生长和扩散。两者结合,可以实现优势互补,提高治疗效果。

### 2.减轻副作用

恶性肿瘤的治疗过程中,常伴随一系列

副作用,如化疗引起的恶心、呕吐、骨髓抑制等。中医通过辨证施治,采用中药、针灸、推拿等方法,可以有效减轻这些副作用,提高患者的生活质量。

### 3.个体化治疗

现代医学越来越重视个体化治疗,通过基因检测、免疫表型分析等手段,为患者制定更为精准的治疗方案。中医则根据患者的具体情况,制定个性化的中医治疗方案。两者结合,可以更加全面、精准地治疗恶性肿瘤,提高治疗效果。

### 4.改善生活质量

恶性肿瘤的治疗不仅仅是延长生存期,更重要的是提高患者的生活质量。中医强调整体观念和以人为本,通过调节患者的阴阳平衡、气血流通等,改善患者的整体状态,提高生活质量。

## 挑战

### 1.理论与方法差异

中医和现代医学在理论和方法上存在较大差异,如何实现两者的有效融合是中西医结合治疗恶性肿瘤面临的首要挑战。这需要中西医专家共同努力,加强交流与合作,共同探讨中西医结合的理论基础和实践方法。

### 2.患者接受度

由于中医和西医在治疗方法、疗效等方面的差异,部分患者可能对中西医结合治疗恶性肿瘤存在疑虑和抵触情绪。医生需要加强与患者的沟通和交流,提高患者对中西医结合治疗的接受度和信任度。

### 3.科研与临床转化

目前,关于中西医结合治疗恶性肿瘤的科研成果还不够丰富,且部分研究成果尚未得到临床应用的验证。如何将科研成果转化

为临床应用,提高中西医结合治疗恶性肿瘤的科学性和有效性,是今后需要努力的方向。这需要加强科研与临床的紧密结合,推动科研成果的临床应用。

### 4.药物配伍与安全性

在中西医结合治疗恶性肿瘤的过程中,药物配伍的安全性也是一个重要问题。医生需要综合考虑患者的病情、体质、年龄等因素,选择适合患者的药物。同时,还需要注意药物之间的相互作用和配伍禁忌,避免药物之间的不良反应和相互作用。

综上所述,中西医结合治疗恶性肿瘤具有诸多优势,但也面临着一些挑战。未来,随着医学研究的深入和医疗技术的不断发展,中西医结合治疗恶性肿瘤的理论基础和临床应用将会更加成熟和完善,为更多患者带来希望和福音。

(作者单位:河北省衡水市中医医院)

# 守护宝贝微笑:儿童口腔健康的日常护理

□于雪

在孩子的成长过程中,口腔健康不仅关乎甜美的笑容,更是整体健康的重要基石。良好的口腔健康不仅影响孩子的咀嚼、消化及发音功能,还与全身健康密切相关。本文将从儿童口腔健康的重要性及日常护理两个方面进行科普。

## 一、儿童口腔健康的重要性

1.影响身体健康:口腔是消化道的入口,口腔疾病如龋齿、牙周病等,不仅会导致疼痛和感染,还可能影响孩子的食欲和营养吸收,进而引发营养不良、生长发育迟缓等问题。更严重的是,口腔炎症还可能引发全身性疾病,如心脏病、糖尿病等。

2.影响心理健康:口腔问题如牙齿不齐、

口臭等,会让孩子在社交场合感到自卑,影响自信心和社交能力,甚至可能引发心理问题。

3.影响学习成绩:口腔疾病导致的疼痛和不适,会使孩子难以集中注意力,影响学习和智力发展。

4.预防成年后口腔疾病:儿童时期是口腔健康习惯养成的关键期,如果此时能建立良好的口腔卫生习惯,将大大降低成年后患龋齿、牙周病等口腔疾病的风险。

## 二、儿童口腔日常护理

1.饭后漱口:吃饭后,口腔内会残留食物残渣,这些残渣是细菌滋生的温床。因此,饭后漱口是非常必要的。

2.早晚刷牙:刷牙是保持口腔清洁的基本

方法。家长应引导孩子养成早晚刷牙的习惯,每次刷牙时间不少于两分钟。选择适合儿童年龄的软毛牙刷和含氟牙膏,教导孩子掌握正确的刷牙方法,确保牙齿的每个面都能被刷到。

3.正确使用牙线:牙线可以有效清除牙缝中的食物残渣和牙菌斑,是刷牙的重要补充。家长应教会孩子正确使用牙线的方法,并定期检查孩子的使用情况。

4.控制糖分摄入:高糖饮食是龋齿的主要诱因之一。家长应控制孩子甜食和含糖饮料的摄入量,鼓励孩子多吃富含纤维的食物,如蔬菜、水果等,以促进口腔健康。

5.避免不良习惯:咬硬物、吮吸手指等不良习惯可能导致牙齿排列不齐、咬合不良等

问题。家长应教育孩子避免这些不良习惯,并定期检查孩子的口腔状况。

6.定期口腔检查:定期口腔检查是维护儿童口腔健康的重要手段。家长应每年至少带孩子进行一次口腔检查,以便及时发现并处理口腔问题。对于已经存在的口腔问题,应根据医生的建议进行相应的治疗和管理。

## 结语

守护宝贝的微笑,就是守护他们的健康未来。通过加强儿童口腔健康教育和日常护理,我们可以有效预防儿童口腔问题的发生,为孩子们的健康成长打下坚实的基础。让我们共同努力,为孩子们们的口腔健康保驾护航!

(作者单位:河北省保定市第二医院)

# 四季养生,中医内科教你如何顺应自然

□张金燕

在中医理论中,养生之道强调“顺应自然”,即根据四季的变换来调整生活习惯和养生方法,以达到预防疾病、增强体质、延年益寿的目的。本文将从中医内科的角度出发,介绍如何在春、夏、秋、冬四季中,通过顺应自然的变化来养生。

## 春季养生:生发阳气,疏肝解郁

春季是阳气升发、万物复苏的季节。此时,人体也应顺应自然,增加户外活动,如散步、慢跑等,以促进阳气的生发。在饮食上,应以清淡、甘甜为主,多吃新鲜蔬菜和水果,如春笋、菠菜等,这些食物富含维生素和矿物质,有助于补充人体所需营养。此外,情志上要保持舒畅,避免恼怒和抑郁,多参与户外活动,欣赏大自然的美景,以调和肝气,避免肝

气郁结。

## 夏季养生:避暑降温,养心安神

夏季气候炎热,阳气旺盛,人体易出汗多、口渴。此时,养生关键在于避暑降温,保持身体清凉。起居上,宜“夜卧早起”,适当晚睡早起,充分接受阳光照射,但要避开正午时分的烈日,以防中暑。

饮食上,应以清淡、爽口为主,多吃清热解暑的食物,如西瓜、绿豆、苦瓜等,同时要注意补充水分和电解质。情志上要保持平和,避免烦躁不安,可通过听音乐、阅读等方式来静心宁神。

## 秋季养生:收敛肺气,滋阴润燥

秋季气候逐渐转凉,干燥多风,阳气渐收,阴气渐长。此时,养生应注重收敛肺气,

滋阴润燥。起居上,应“早睡早起”,早睡以顺应阴精的收藏,早起以舒达阳气。饮食上,要少辛增酸,多吃酸味水果和蔬菜,如山楂、葡萄、柚子等,以收敛肺气。同时,多吃滋阴润肺的食物,如银耳、百合、雪梨等,以缓解秋燥。情志上要保持安宁,避免过度悲伤,保持心情愉悦。

## 冬季养生:保暖防寒,补肾益精

冬季气候寒冷,万物闭藏,是阳气潜藏、阴气盛极的季节。此时,养生关键在于保暖防寒,增强体质。起居上,应“早卧晚起,必待日光”,保证充足的睡眠,有利于阳气的潜藏和阴精的蓄积。外出时要注意保暖,尤其是头部、脚部和背部。

饮食上,宜温热,多吃温热补肾的食物,

如羊肉、牛肉、核桃、栗子等,也可适当食用一些滋补的膏方。情志上要保持安静,避免过度兴奋和激动,以养精蓄锐。运动可选择在阳光充足的时候进行,如滑雪、滑冰、太极拳等,但要注意运动前充分热身,避免受伤。

综上所述,四季养生是中医养生的重要组成部分,它体现了中医“天人合一”的整体观念。通过顺应四季的变化,调整生活方式和饮食习惯,保持良好的情志状态,适度运动,我们能够更好地适应自然环境,调养身心,预防疾病,提高生活质量,实现健康长寿的目标。需要注意的是,每个人的体质和健康状况不同,在进行四季养生时,应根据自身的实际情况进行适当的调整。

(作者单位:河北省邯郸市曲周县中医院)

# 肿瘤标志物与生化检验:发现癌症的关键

□张志敏

在医学领域,癌症作为一种严重威胁人类健康的疾病,其早期发现对于提高治疗成功率和生存率至关重要。肿瘤标志物与生化检验作为现代医学的重要工具,为癌症的早期诊断提供了有力支持。本文将详细介绍肿瘤标志物与生化检验在癌症早期发现中的关键作用。

## 肿瘤标志物:癌症的“信号兵”

肿瘤标志物是指特征性存在于恶性肿瘤细胞或由恶性肿瘤细胞异常产生的物质,这些物质能够反映肿瘤的发生、发展。常见的肿瘤标志物包括甲胎蛋白(AFP)、癌胚抗原(CEA)、糖类抗原125(CA125)等。

甲胎蛋白(AFP):主要见于原发性肝细胞癌,也可见于生殖腺胚胎瘤如睾丸癌、卵巢癌

等。AFP的升高是肝癌早期诊断的重要线索。

癌胚抗原(CEA):作为一种广谱性肿瘤标志物,CEA在结直肠癌、胃癌、肺癌、乳腺癌等多种肿瘤中均会升高。但其特异性较低,也可见于吸烟、妊娠期和心血管疾病等情况。糖类抗原125(CA125):主要存在于卵巢上皮癌组织,也可见于输卵管癌、子宫内膜癌等。CA125的升高对卵巢癌的早期诊断具有重要意义。

肿瘤标志物的检测通常通过血液样本进行,其结果可为医生提供初步的诊断线索。然而,需要注意的是,肿瘤标志物的升高并不一定意味着癌症的存在,还需结合其他临床信息进行综合判断。

## 生化检验:全面评估身体状况

生化检验是指通过血液分析仪计数每升血液中的成分,以判断是否存在异常情况。在癌症早期发现中,生化检验同样扮演着重要角色。它不仅能检测肿瘤标志物,还能评估患者的整体身体状况,为治疗方案的制定提供依据。

生化检验项目众多,包括但不限于血糖、血脂、肝肾功能指标等。这些指标能够反映机体的代谢状态和器官功能,对于评估癌症患者的身体状况和治疗耐受性具有重要意义。

## 早期发现癌症的关键一步

肿瘤标志物与生化检验的结合,为癌症的早期发现提供了强有力的支持。通过定期检测肿瘤标志物和生化指标,医生可以及时发现癌症的蛛丝马迹,从而采取早期干预措

施,提高治疗效果和生存率。

然而,我们也应认识到肿瘤标志物检测的局限性。由于某些肿瘤标志物的特异性不高,且可能受到其他非癌症疾病的影响,因此不能单纯依赖肿瘤标志物检测来确诊癌症。在诊断过程中,还需要结合影像学检查、病理学检查等多种手段进行综合评估。

总之,肿瘤标志物与生化检验作为现代医学的重要工具,在癌症早期发现中发挥着关键作用。通过定期检测这些指标,我们可以及时发现癌症的苗头,为治疗赢得宝贵时间。同时,我们也应保持理性态度,结合多种检查手段进行综合评估,以确保诊断的准确性和可靠性。

(作者单位:河北省围场满族蒙古族自治县医院)