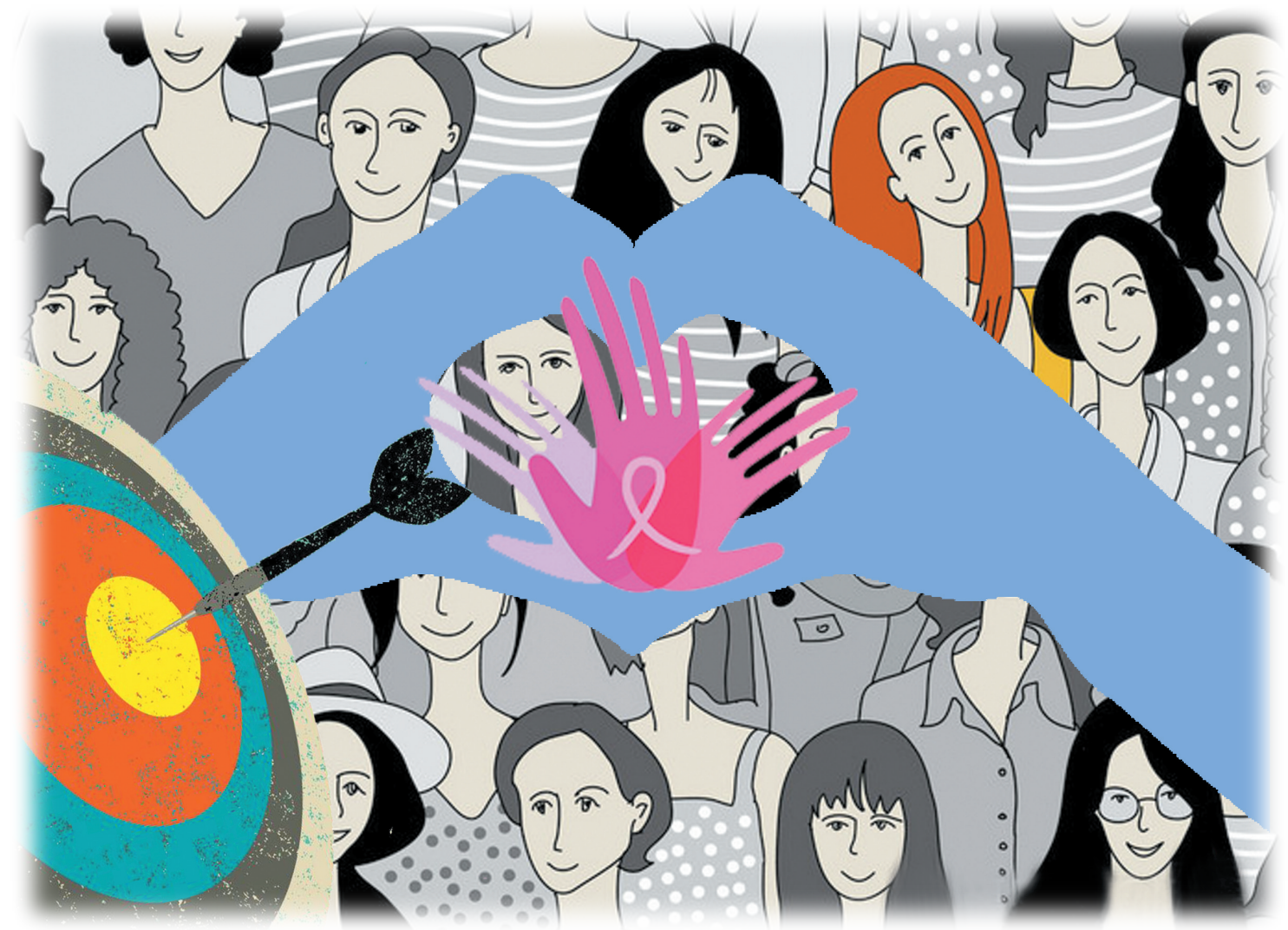


女性健康

我国乳腺癌患者约七成为HR+乳腺癌,长期复发风险高,专家呼吁患者应提升内分泌治疗长期意识

内分泌治疗助力破解乳腺癌复发困局



数据表明,乳腺癌患者术后复发率达到30%~40%,且复发时通常伴有远处转移,患者预后更差。其中,患者五年内复发转移风险为最高。复发转移已成为威胁乳腺癌患者长期生存的首要因素。内分泌治疗作为HR+乳腺癌最重要的系统辅助治疗,被国内外指南优先推荐延长治疗。目前最新的研究进展显示,适当延长内分泌治疗时长可以有效抑制肿瘤细胞的增殖和转移,减少复发。完成十年内分泌治疗的早期乳腺癌患者,复发转移的相关风险可降低34%左右。

中国妇女报全媒体记者 耿兴敏

在我国,乳腺癌是女性常见的恶性肿瘤之一,发病率和死亡率分别居女性恶性肿瘤首位和第四位,已成为威胁乳腺癌患者长期生存的首要因素。“中国的女性和欧美发达国家发病年龄有明显的差异,欧美发达国家女性发病年龄一般在60岁,例如在美国是64岁,而我国乳腺癌患者发病在45~55岁这个年龄阶段最多,50岁上下的患者非常集中。”中国医学科学院肿瘤医院乳腺外科副主任医师齐立强教授在接受中国妇女报全媒体记者采访时表示,“这表明我国乳腺癌的发病年龄更早。这给我们一个提示,就是接近更年期女性要特别关注自己的乳房健康,定期去体检、主动去筛查,有一些早期乳腺癌的症状要及时发现,像无痛性的肿块、乳头内陷、乳头溢血、腋下淋巴结肿大,特别是不规律的固定部位的疼痛等,一旦出现这些症状要及时就医,千万不要因为工作忙、陪孩子等就忽略了自身的健康。”

乳腺癌迈进“慢病时代”,但患者仍面临近期或远期复发风险

近几年来,随着诊疗技术的发展和诊疗药物的更新迭代,我国乳腺癌诊疗水平逐年提高,已初步形成包括手术、放疗、化疗、内分泌治疗、靶向治疗和免疫治疗在内的成熟体系。对此,齐立强教授指出:“如今,乳腺癌的治疗已经转变为慢病治疗,而非绝症。同时,随着各种治疗手段、治疗技术的不断进步,早期乳腺癌五年生存率已经在90%以上,这给患者不少的鼓励。”

不过,不少乳腺癌患者仍面临着转移和复发风险。数据表明,在每年新发乳腺癌病例中,约3%~10%的患者在确诊时即有远处转移。即使在早期患者中,也有近30%会发展为晚期乳腺癌,5年生存率仅为20%。从整体来

看,乳腺癌患者术后复发率达到了30%~40%,且复发时通常伴有远处转移,患者预后更差,其中,患者5年内复发转移风险为最高。复发转移已成为威胁乳腺癌患者长期生存的首要因素,乳腺癌防治形势依然严峻。

HR+乳腺癌患者占比约七成,内分泌治疗助力破解复发困局

“乳腺癌的分子分型一共有四类,包括管腔A型、管腔B型,HER-2阳性和三阴性乳腺癌。激素受体阳性(HR+)乳腺癌占了其中两类,即管腔A型和管腔B型。它在所有乳腺癌中占比最多,接近70%。”齐立强教授强调,“相对其他分型的乳腺癌来说,HR+乳腺癌的长期复发风险会更高。在我们临床中,六七年复发的其实还不少见,10年的也不是很罕见。我自己治疗过的HR+乳腺癌患者中,最长的复发时长为31年。”

HR+乳腺癌实际上是一种激素依赖性肿瘤,它的发生和发展与人体内的雌激素水平密切相关。大量数据,包括动物模型和流行病学研究显示,雌激素会引起乳腺癌的发展。对于HR+乳腺癌来说,内分泌治疗贯穿着乳腺癌患者从早期、复发到晚期的全部临床过程中。对此,齐立强教授指出:“内分泌治疗是乳腺癌非常重要的治疗手段之一,它通过降低体内雌激素的水平,或者阻断雌激素和雌激素受体的结合,或者下调雌激素受体,或者抑制芳香化酶,最终达到抑制癌细胞增长的作用,减少转移复发。特别是在激素受体阳性的乳腺癌患者中,无论是针对绝经前还是绝经后的患者,内分泌治疗都可以很大程度降低复发转移的风险。”

目前,乳腺癌内分泌治疗药物大致可分为雌激素受体调节剂、芳香化酶抑制剂、雌激素受体下调剂等。不同种类的内分泌药物,适应人群不同。

据统计,约90%的女性在45至55岁之间绝经,而乳腺癌的高峰期也在这个年龄段中。对于这部分女性来说,芳香化酶抑制剂(AI)是内分泌治疗重要手段之一。“我们会根据患者的年龄、月经状况和雌激素水平来判断患者是属于围绝经期还是绝经前、绝经后,再给患者选择用药。绝经前的HR+患者我们会选择抗雌激素类药物,绝经后的HR+患者更多选择芳香化酶抑制剂。”齐立强教授解释,“芳香化酶抑制剂的作用,就是通过抑制卵巢之外雌激素的来源,阻止雌激素的产生,从而达到更好的治疗效果。当然,对于绝经前和围绝经期的早期高危HR+患者,还要采用打针去势加芳香化酶抑制剂的强化内分泌治疗方法。”

从五年到十年,坚持内分泌治疗带来更长生存获益

内分泌治疗作为HR+乳腺癌最重要的系统辅助治疗,被国内外指南优先推荐延长治疗。“随着更多临床研究数据的出现,指南和专家共识也随之不断更新,对于一些早期高危患者,我们会建议延长治疗时间,从五年延长到十年。”齐立强教授说。最新的研究进展显示,适当延长内分泌治疗时长可以有效抑制肿瘤细胞的增殖和转移,减少复发。其中,完成十年内分泌治疗的早期乳腺癌患者,复发转移的相关风险降低34%左右,有效提高了患者的生存率和生活质量。

不过,在我国患者的内分泌治疗意识仍然不足。研究表明,国内患者用药依从性不高,有多达39.1%的乳腺癌患者未能坚持为期五年的规范化内分泌辅助治疗,严重影响了治疗效果和预后,并在一定程度上增加了复发的风险。“据不完全统计,我们内分泌用药基础是用五年,第一年就有23%的人掉队,没用满一年,没用完五年的可想而知会更

多。这就要求我们给患者提供持续的、好的疾病教育。总的来说,我们还是更加提倡系统规律地坚持用药,坚持足疗程用药,才能达到最佳的控制转移复发风险的效果,具体还要医生根据患者的情况来选择用药。总结来看,内分泌治疗的延长治疗还是降低高危早期的激素受体阳性乳腺癌患者转移复发非常有效的治疗的手段。”齐立强教授强调。

“在内分泌治疗过程当中也会发生耐药的问题,从一开始用药就出现耐药,我们叫原发耐药;或者用药一段时间才出现的耐药,叫继发耐药。如果患者还是适合内分泌治疗,那就要换不同的内分泌药物。”

现有研究数据表明,PI3K/AKT/PTEN信号通路作为细胞内重要的传导通路之一,其激活与乳腺癌的发生、发展及各种耐药均有关联。因此,AKT或PI3K等多种抑制剂可以克服内分泌治疗药物的耐药性,并延长患者生存时间,有望成为HR+晚期乳腺癌后线治疗的重要手段,满足更多患者的未尽需求。

乳腺癌可防可治。特别是近年来,随着HR+乳腺癌治疗手段的不断突破,很多新型药物相继出现,极大程度提高了患者的临床获益。齐立强教授在谈到乳腺癌患者目前使用新型药物治疗所面临的主要困境时指出:第一个困境是经济压力;第二个是药物可及性的问题。

齐立强教授指出,现在医保政策越来越好,覆盖得也很全面,基础的内分泌药都在医保范围之内。过去不能报销的药物现在有些进了医保;过去不可及的药物现在也慢慢地跟世界接轨,第一时间进入审批流程,手续也越来越简化,肿瘤患者用药通常还有绿色通道。

另外,我们的一些民族药企也在发力追赶,有一些药物慢慢接近于原研药物,还有一些自主研发药物。相信乳腺癌患者所面临的困境在不久的将来一定会最大程度地得到改善。

12月23日,清华大学官方微博发布消息,该校1992级校友朱令于12月22日去世。朱令是清华大学化学系学生,1994年末开始突发怪病,1995年4月28日被确诊为剧毒物铊中毒。随后,各方确信是被人投毒,警方曾立案调查,但至今尚未有明确结论。虽然经过医院大力救治解毒,但也导致她终身伴随严重后遗症。有人说,朱令用近乎生命的代价,为人们普及了铊知识。

铊是地壳中自然产生的一种元素,主要以单价元素的形式存在。在海水、局部强氧化的淡水和土壤中,主要以三价氧化物存在。一般存在于土壤中,酸性条件下易溶于水,在溶解状态下一价铊较稳定,而三价铊可以氧化物或氢氧化物的形式沉淀从水中析出。

铊和铊的氧化物都有毒,能使人中枢神经系统、肠胃系统及肾脏等部位发生病变。人如果饮用了被铊污染的水或吸入了含铊化合物的粉尘,就会引起铊中毒。

铊属于被国家严格管制的化学物质,人们在生活中一般接触不到。铊中毒多为投毒所致,病情发作急、重。而由于铊盐为无色、无味的结晶,溶于水后又没有特殊口感,所以难以察觉,因此常导致误诊。在国内,铊中毒的事件也并非罕见。2014年12月,媒体报道安徽省阜阳市临泉县一家六口遭遇铊中毒,其中5人病情严重。当事人怀疑是剩饭剩菜中被人下毒,称中毒并非头一次。中毒后,当事人一家相继出现了浑身疼痛、脱发等症状。

2016年4月,家住云南省曲靖市的15岁男孩小赵偷偷从网上买了几克铊,准备做化学实验。但他不小心弄了一点点在手上,随后就出现了中毒症状。

2022年2月有媒体报道,福建福州1岁女童不明原因铊中毒。

铊对哺乳动物的毒性高于铅、汞等金属元素,与铷相当,其对成人的最小致死剂量为12mg/kg体重,对儿童为8.8~15mg/kg体重。中毒后表现症状为下肢麻木或疼痛、腰痛、脱发、头痛、精神不安、肌肉痛、手足颤动、走路不稳等。

根据“百度百科”介绍,铊是用途广泛的工业原料,含铊合金多具有特殊性质,是生产耐蚀容器、低温温度计、超导材料的原料。一些铊化合物对红外线敏感,是光电子工业重要的原料。铊化合物还可以用来制备杀虫剂、脱发剂(醋酸铊)等。另外,在生产鞭炮(花炮)的原料中往往也含有高量的铊,其副产品氯化钠(非食用盐)中同样被污染,当人体食用了这种非食用盐后引起中毒。铊中毒大多由于内服铊盐或外用含铊软膏治疗发癣(我国现已不用)所引起,少数病例是由于误服含铊的杀鼠剂、杀虫剂、灭蚊药所致。

我们生活中能接触到铊吗?生活中如何预防铊中毒?

1.避免接触铊。普通人群生活中接触铊的机会比较少,但在一些生产一线的工人,在接触铊时,需要戴好口罩、手套等防护工具。有病例显示,暴露于含铊粉尘中2小时,便可能导致急性铊中毒。

2.避免食用被污染的蔬菜等。在一些矿区种植食用蔬菜应注意有害物质的富集。因采集和加工含有铊的矿(汞矿),在含铊的矿渣上面覆土造地种菜,遇干旱年景,地下水透过矿渣层被卷心菜类等根系较长的蔬菜大量吸收,人们吃了大量含铊的蔬菜引起铊中毒。

3.避免误食百科。生活中误把铊盐当作食盐误服的案例也有,因此如果生活工作中有接触铊盐,不要乱放、混放。更不要食用非国家专卖的食盐。

朱令铊中毒近80年后去世,什么是铊中毒?我们生活中能接触到铊吗?虽然罕见,但生活中还是要警惕铊中毒

(本报综合消息)

健康新视界

中国妇女报全媒体记者 杨娜

很多人认为肥胖会导致糖尿病,运动不足会导致糖尿病,但很少有人知道烟草使用及吸入二手烟也可以导致糖尿病。有证据显示,吸烟者的吸烟量越大,起始吸烟年龄越小,吸烟年限越长,糖尿病的发病风险越高。了解烟草使用及二手烟是糖尿病非常严重的危险因素这一科学事实,可以让公众远离糖

尿病及其并发症带来的困扰。

“我国糖尿病的防治形势并不乐观。”中国疾控中心慢病中心代谢病防控室研究员李剑虹在日前由新探健康发展研究中心举办的烟草使用与糖尿病信息交流会上介绍,根据国际糖尿病联盟(IDF)发布的《2021全球糖尿病地图》显示,2021年全球成年糖尿病患者人数达到5.37亿,其中中国患者约为1.4亿。“2022年,中国疾病预防控制中心慢性非

主动和被动吸烟 增加糖尿病风险

传染性疾病预防控制中心和北京医院联合发布的《中国糖尿病地图》显示,我国2型糖尿病的患病率自1979年以来呈总体上升趋势,且仍处在一个快速增长阶段,短期内不会出现平台期或者下降。”

李剑虹指出,糖尿病患病率的迅速上升也造成了巨大的经济负担。“与严重的糖尿病疾病负担和经济负担相对应的,我国糖尿病的疾病知晓率、治疗率、控制率仍处于较低水平,2018年中国慢性病及危险因素监测结果显示,我国18岁及以上成年人糖尿病知晓率仅为38.0%,治疗率为34.1%,控制率仅为33.1%,与发达国家还存在着较大差距。”

中国疾控中心控烟办主任肖琳介绍了2022年7月至2023年5月进行的一项成人烟草调查结果。这次烟草调查研究对象是15岁及以上非集体居住的中国居民,31个省的630个监测点20万人参与调查,调查内容包括烟草使用、电子烟使用、戒烟、二手烟暴露、价格等等这些信息。

调查发现,2018年15岁及以上人群吸烟率是26.6%,男性是50.5%;2022年15岁及以上人群吸烟率是24.1%,男性是45.3%,女性是2.3%。15岁及以上人群吸烟率呈现出

了下降的趋势,男性的吸烟率下降幅度比较大。此外,我国15岁及以上非吸烟者的二手烟暴露率2022年是52.4%,和2018年相比下降了15个点,二手烟暴露的情况是持续改善的,创建无烟环境确实取得了一些进展。

中日友好医院内分泌首席专家、中国医学科学院阜外医院内分泌学科带头人李光伟教授科学系统地阐述了吸烟与糖尿病、心血管疾病和死亡之间的关联。他强调,糖尿病极大地危害人类健康,降低了人们的生活质量,缩短了寿命。糖尿病患者面临着心脑血管病和癌症增加的双重风险。

“糖尿病医生是较早认识到烟草使用及二手烟暴露与糖尿病及其并发症关系的群体。”李光伟介绍,在《中国2型糖尿病防治指南》(2020版)中就有专门的一章论述了烟草使用及二手烟暴露与糖尿病及其并发症的内容。

“但是,公众对于烟草使用及二手烟暴露对与糖尿病及其并发症的危害知晓率却不高。”李光伟表示,这需要专业人士、有关部门及相关行业提高对于烟草使用及二手烟暴露对糖尿病及其并发症的危害的宣传,切实达到“健康中国行动”中的相关指标,实现保护公众健康的最终目标。



防病鲜知道

体重稳定的老年女性更长寿

体重是衡量人体健康水平的重要指标,大胖、大瘦以及大起大落都对健康不利。

近期,美国加州大学圣地亚哥分校、布里格姆妇女医院和伊利诺伊大学等研究小组使用来自妇女健康倡议的纵向数据,以54437名61~81岁女性为对象,在基线、第三年和第十年分别测量体重,并分为体重减轻(比基线减少≥5%)、体重增加(比基线增加≥5%)和体重稳定(比基线变化<5%)三组,分析体重变化以及减肥意向性与90岁、95岁和100岁生存率的关系。

结果表明,共有30647名女性(占56.3%)活到≥90岁。在调整相关混杂因素后,与体重稳定者相比,3年体重减轻≥5%者,90岁、95岁和100岁生存率分别降低33%、35%和38%;与体重稳定者相比,3年体重增加≥5%者与90岁、95岁和100岁的生存率无关。

研究人员指出,与稳定体重相比,体重减轻≥5%与长寿概率降低有关,且无意体重减轻比有意减肥的相关性更显著,所以老年女性若发现未刻意减肥却体重减轻,可能是健康状况下降的信号,应引起足够重视。

(宁蔚夏)