

# 大肠癌是可防可治的(下)

向药物治疗和免疫治疗，这两种治疗在提高大肠治疗的有效率方面也有帮助，但在提高生存率方面目前还做得不够好。

此外，“放射治疗是恶性肿瘤治疗的三大手段之一，它在进展期直肠癌的治疗上，可以明显降低局部复发率和提高生存率，同时在复发转移肠癌里可以增加局部的控制率，延长患者的生存期和生存质量。”蔡三军说。

## 按照指南治疗 能得八十五分

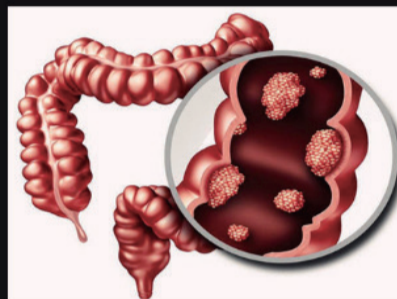
蔡三军表示，在恶性肿瘤治疗中，要强调规范性治疗，就是照着国家发布的诊疗指南进行治疗。“按照这样的指南去做，就可以获得目前世界5年生存率的中位水平，简单讲，可以考85分左右，再结合一些经验和综合治疗的话，可以达到90分。”他说。

此外，外科、内科、放疗、内镜、病理、影像、肝外科、胸外科等很多学科都牵涉到大肠癌的治疗，所以一个好的治疗计划必须结合大家的智慧，进行多学科综合治疗，来保证患者得到最佳的治疗效果。

“任何一种疾病，都不像过去单打独斗了。”蔡三军

## 什么是大肠癌

- 大肠癌包括结肠癌和直肠癌
- 早期可无任何症状，进展期可出现便血、腹痛、腹泻和转移灶症状等



Timothy J Price, et al. Cancer 2015.  
Frank B, et al. Dis Colon Rectum 2010.  
Lee GH, et al. Eur J Surg Oncol 2015.

说，多学科综合治疗，就是大家坐在一起，根据病人情况，所有的诊断完成以后，制订治疗计划，比如，是先化疗三次根据化疗反应决定是不是开刀，还是要再化疗三次再开刀，制定一个合理的计划，避免不必要、不规范的治疗，可以让病人总体上获得更好的结果。

## 快问快答

**问：应该在多少岁开始接受大肠癌的筛查？**

蔡三军：筛查年龄的选择主要靠发病率的高低来决定的。简单讲，10岁到80岁都去查，检出率可能是3%，如果是40岁到80岁，检出率可能就达到15%。花的钱大量减少，效果得到明显增加。目前是采用50岁—74岁，为什么74岁以上不查了？虽然发病率很高，但期望寿命决定了，到这个

时候再查出来，获益很少。

**问：筛查方式应该怎么选择？**

蔡三军：在这7种方法里，最简单、最常用的是大便隐血检查，基本上70%左右可以通过大便隐血检查来发现。通用的方法是，大便隐血检查阳性了，再去做肠镜检查。

**问：日常饮食中，哪些吃的跟大肠癌的发病率相关？**

蔡三军：最相关的是高蛋白高脂肪食

物。现在的菜大都是荤的。素菜比例要提高，腌的、熏的、炸的要减少。撸串，这个烤那个烧的，明显不好。蒸的煮的是好的，生菜也是好的。

**问：什么情况下应该去医院做大便隐血检查？**

蔡三军：一般到50岁就去查是最好的。有症状就更应该查，比如，到了40岁以上，大便习惯改变了，过去一天一次，现在一天两次三次，拉不干净的感觉；

过去大便蛮成型的，现在经常是稀的。另外，有些带黏液带血的都需要及时去看。

需要注意的是，很多人说大便带血可能是痔疮，实际上可能被耽误了，所有40岁以上的人发现不舒服的时候，都应该认真去检查排除肿瘤。除非明显是划破了，发炎了，那再考虑炎症，其他的首先考虑肿瘤，因为现在肿瘤的发生率太高了。

**问：是不是天天排便才健康？**

蔡三军：每天排便一到两次是很正常的。当然现在便秘的人很多。便秘很难治，女性到四五十岁，20%—30%是有便秘的。两天三天都不大便，肯定不好，希望通过各种促进排便的方法，保持大便通畅。

记者：熊建

来源：人民日报海外版

## 大肠癌的危险因素



吸烟



饮酒



人口老龄化



高脂饮食

