

肿瘤体质人群更易患癌？

四类人群应做筛查

肿瘤是一种基因性疾病，但肿瘤的发病与发展，并不是单基因改变后的结果，往往是由多基因异常、多个步骤引起。和一般人相比较，肿瘤体质罹患肿瘤的风险性更高，他们可能会有以下3个特征，早发现才能早就诊。

机体免疫力较差

一般情况下，免疫力正常才能保证生命活动正常地进行，而容易患上肿瘤体质的人，机体免疫力普遍较差，因为体内的免疫细胞无法及时有效地消灭已经病变的细胞，致使癌细胞数量越多，长期下来就容易发生肿瘤。

体内微生态失调

肿瘤体质的人，体内微生态容易失调，从而对机体新陈代谢造成影响，导致体内的“垃圾”不能够正常、及时地排出，有害物质越积越多，产生肿瘤的可能性就更大。

自身代谢不平衡

肿瘤体质的人，因为自身代谢不平衡，体内的各大组织、器官得不到充分的养分，生理功能失常后，容易发生营养不良，甚至肿瘤。

建议这4类人群应定期做癌症筛查

存在癌症家族史的人

肺癌、乳腺癌、结肠癌等多种癌症都具有家族遗传聚集性，如果有癌症家族史，常被认为是癌症的高危人群，比一般人容易发生癌症。所以，要想预防癌症发生，应定期来医院做癌症筛查，将身体状况掌握在已知、可控范围内。

有不良生活习惯的人

经常熬夜通宵，劳累过度，饮食不健康、不规律，酗酒，长期抽烟，严重挑食、偏食，导致营养不良的人，容易对身体健康造成危害，长期下来会诱发癌症。因此，有不良生活习惯的人也有必要定期来医院做癌症筛查，争取做到早发

现、早诊断、早治疗，从而获得良好的预后。

年纪较大的中老年人

一般建议年龄满40周岁的人，就要开始做癌症筛查，因随着年龄的增长，机体各大组织、器官功能都会逐渐衰退，免疫力、抵抗力也会因此下降，容易被外界致病微生物、癌细胞攻击，严重危害到身体健康。

从事特殊工作的人

化学物质、物理刺激等和癌症发病之间也有一定的关系，有些化学物质、电离辐射会导致基因异常突变，增加致癌物质的效应。所以，如果因为工作需要，每天都接触有害有毒物质、辐射较多的人，比一般人更容易患上癌症，也更需要做癌症筛查。

癌症筛查、体格检查结果都正常属于好现象，继续保持即可，而被查出癌症或者其他疾病的人，也不要过于懊恼，积极在医生指导下进行专科治疗才是关键。

(据《健康时报》)

非处方药小知识

无论是走进药店，还是随手拿起药盒，大家都可能看见 OTC 的标识。OTC 是“Over the Counter”的缩写，意思是可以直接在柜台购买的药品，也就是人们常说的非处方药。今天，我们一起来了解有关非处方药的知识。

非处方药有何特点

药品分为处方药和非处方药。处方药是指凭执业医师或执业助理医师处方才可购买、调配和使用的药品，非处方药则是患者可以自行判断、购买和使用的药品。一般来说，服药者可在认真阅读药品说明书或咨询医师、药师后，自行使用非处方药。

非处方药的外包装印有“OTC”标识。非处方药具有疗效确切、毒副作用小、不良作用发生率较低等特点，药物的适应证为患者能够自行判断的病症，大家可到药店中自行购买非处方药。

我国的非处方药分为甲类 OTC 和乙类 OTC 两类。

甲类 OTC 可在医疗机构药房，或在具有《药品经营许可证》且配备执业药师或药师以上技术人员的药店获得，须在专业人士的指导下购买和使用。

乙类 OTC 除了可在药店和医疗机构药房获得外，还可在经过批准的普通零售商业企业获得。乙类 OTC 安全性更高。

仔细阅读药品说明书

在使用非处方药前，大家一定要仔细阅读药品说明书，重点关注以下几点：

成分

同时服用多种药物时，须确定这些药物是否含有相同的成分，避免重复用药，防止因药物过量引发不良反应甚至药物中毒。

适应证

明确药品是否针对您目前的疾病或症状。

用法用量

按照说明书规定的用法用量使用药品，莫随意增减药量。

特殊人群

药品说明书中一般包含儿童用药、老年人用药、孕妇及哺乳期妇女用药等内容，相关人群使用前一定要仔细阅读以上内容，明确自己能否服用。

禁忌

提示哪类人群或哪些情况下不可使用该药物。

不良反应

药品说明书中列出不良反应，是为了帮助您在出现相关情况时能够尽早识别，必要时及时就诊。当然，大家也不必过于紧张，并非每一名患者在用药后都会发生不良反应，不良反应的发生率一般较低。

注意事项

药品使用中其他需要关注的信息，您应仔细阅读。

温馨提示

虽然大家可以在药店购买非处方药，但这并不意味着非处方药可以随意使用。在用药前，请务必仔细阅读药品说明书，必要时可咨询专业医生或药师。切勿盲目用药或自行增减药量，老年人等特殊人群尤需注意。(据《老年健康报》)

手指不慎离断如何急救

春风来处，万物复苏。田间地头、工厂车间、大街小巷，周口市各行各业全面复工复产，人们的生活、工作开始恢复常态。但无论是个人、个体商户还是企业，在生产、工作甚至生活中，意外伤害都在所难免。临床数据显示，手外伤以使用农业机械、电动机械、电动手工工具发生意外者居多。手外伤中，手指离断亦较常见。而断指是否保存良好，是断指能否再植成功的首要条件。

断指(趾)是指手指或脚趾因为受到切割、挤压等剧烈的外力而导致整根或部分指(趾)体脱离人体的情况。如果断指上有肉眼可见的污染物(如泥土、木屑等)，正确的做法是用清水冲洗掉污染物，千万不要使用消毒水或碘酒等强烈杀菌剂清洁断指。

发生手指离断后，如前往就医的时间较长，就需要保存好断指。断指正确的保存方法是干燥、冷藏。干燥是使用无菌纱布或干净的布类包裹断指，并放入干净且防水的无孔塑料袋内封存；冷藏是取一个可以放液体的塑料袋或保温杯，装入适量冰块，再将装有断指的塑料袋放入其中。

需要注意的是，要保证断指

和冰块之间用包裹物、塑料袋分隔放置。切忌将断指浸泡于任何液体中，也不要直接把断指离断组织放在冰块上，以免损伤组织，降低再植的成活率，甚至无法再植。有条件尽量在外层标记放入断指的具体离断时间，或记录离断时间送医后告知医护人员，这样可以让医护人员综合分析之后采取最佳的处理措施。

同时，患者手指受伤部位也要使用清洁干燥的毛巾或纱布包裹，并进行适当的加压包扎固定，如若不能加压包扎止血，可在指根部使用布类或纱布平整包裹，使用橡皮条等在包裹后的指根部适当加压止血，以免失血过多。

一般来说，断指再植的黄金时间为6小时至8小时，在这个时间范围内实施手术，成活的几率会大大提高。所以，手指断离后，应迅速将患者和其断指正确处置并送往医院进行断指再植手术治疗，有必要的及时拨打120求救。

然而，并非所有人的手指断离后都可以进行再植手术，如遇到以下几种情况，一般不考虑再植：

1. 患有全身性疾病、体质差，或并发有严重的脏器损伤、

亦或者年龄过大，不能够长时间耐受手术者或有严重的出血倾向者。

2. 断指的远、近端手指伴有多发性骨折或严重软组织损伤者，手指血管床完整性破坏程度严重者。

3. 断指经强烈防腐、消毒液体或高、低渗液体长时间浸泡者。

4. 严重超过再植时限，组织已发生变性，创面污秽腐臭者，则不宜再植。

5. 多发性手指撕脱伤造成血管、神经、肌腱从近或远端抽出较长，无条件作血管移植或移位吻合者。

针对无法再植而导致的指体缺失，临床中一般通过再造术弥补缺憾。其中，大拇指再造术最为常见，因为大拇指在手的功能中发挥着至关重要的作用，如握、对捏和对指等常规动作都离不开它。没了大拇指，40%至50%的手功能将丧失。

目前，断指再植以及设计断指再造技术已经很成熟，希望有更多的人能了解再植再造，同时关注术后的指体健康与功能康复，让更多患者恢复正常生活、工作。

(周口淮海医院 杨坤 供稿)