

它是“癌中之王” 喜欢伪装成胃病

近年来，全球胰腺癌的发病率和死亡率逐年攀升。说起胰腺癌，它有个响当当的名号——癌中之王。多数患者早期没有明显症状，容易被当成胃病或胆囊炎，确诊时往往已是中晚期。预防胰腺癌，我们能做什么？怎样识别它的蛛丝马迹？记者采访了宁夏回族自治区人民医院肿瘤内科主任吴晓东。



胰腺癌的高危人群

胰腺是人体重要的消化腺，一旦被癌“攻陷”，更容易威胁人体生命，因其极高的死亡率被冠以“癌王”称号。

据吴主任介绍，胰腺癌的高危人群并不完全明确，但是可能为以下人群：年龄在45岁以上中老年人；长期吸烟、饮酒人群；肥胖、患有糖尿病10年以上的人群；饮食习惯不良，经常暴饮暴食，吃烧烤、大鱼大肉等人群；有胰腺癌家族史、患有慢性胰腺炎或进行过胆道手术患者等。以上这些高危人群需要提高警惕，进行定期体检，如有不适，及时做好相关筛查。

早期常难以发现

值得警惕的是，胰腺癌早期往往不易发现。对此，吴主任分析说：“一是胰腺解剖位置隐蔽，位于胃和脊柱之间、深藏于腹部深处，普通B超对胰腺小肿瘤的检出率低，也不能通过胃肠镜发现；二是胰腺癌多起病隐匿，早期往往没有明显的症状与体征，出现症状时又与普通的消化系统疾病相似容易被忽略。胰腺癌的早期症状常常表现为上腹部不适，易被认为是胃病，从而耽误最佳治疗时机。另外，胰腺的血供丰富、周围组织众多，一旦出现肿瘤，容易早期转移扩散。因此，提高对胰腺癌的认知很重要，尤其胰腺癌高危人群。”

几个危险信号需警惕

虽然胰腺癌非常狡猾，善于伪装，但还是有一些可供参考的危险信号。吴主任提醒，当出现以下症状时，就需要格外引起重视，及时去排查。

上腹不适、胀痛，是多数胰腺癌患者的首发症状，这种疼痛多在夜间出现，且常与体位有关，仰卧时加剧，蜷曲时减轻；有的患者还可能出现腰背痛。恶心、厌食、呕吐、腹胀、腹泻等，都可能是胰腺癌伪装的，千万不要盲目地认为只是消化不良。有一些患者还会出现黄疸、伴皮肤瘙痒、尿色加深等表现，都要及时就诊。

多学科综合治疗

据吴主任介绍，近年来，外科手术治疗新理念和新技术（如腹腔镜技术、机器人等）的发展以及局部治疗手段（如立体定向放疗、纳米刀消融治疗、放射粒子植入等）以及抗肿瘤靶向药物的应用等，为胰腺癌患者的治疗带来了机遇。多学科综合治疗是胰腺癌治疗的基础，根据不同患者的身体状况，制定合理的治疗计划，控制肿瘤的进展速度，减少并发症的发生，改善患者的生活质量。

“胰腺癌的治疗主要包括手术治疗、放射治疗、化学治疗、介入治疗和支持治疗等。手术切除是根治胰腺癌的最重要治疗手段，也是患者唯一可能实现长期生存的方法，然而，超过80%的胰腺癌患者因发现较晚而失去手术机会。”吴主任遗憾地表示。

降低患癌风险

胰腺癌也叫“生活方式癌”，想要尽可能远离它，可以从改善生活方式入手。

预防胰腺癌主要是少吃高脂肪、高蛋白、高糖食物，在饮食中增加新鲜蔬菜和水果。烟草中含多种致癌物质，能增加胰腺癌的患病风险。

要注意的是，暴饮暴食和酗酒也可导致急性胰腺炎的发生，所以平时要饮食规律，戒烟、戒酒，减轻胰腺的负担。而急性胰腺炎治疗不佳、反复反作，可转变为慢性胰腺炎，后者被认为与胰腺癌相关。

TIPS

高危人群定期筛查

胰腺癌难自我察觉，通过专业检查手段对高危人群定期筛查，是早期发现胰腺癌的主要手段。建议高危人群定期进行胰腺癌筛查。一般来说45岁至50岁左右，就可以进行胰腺癌筛查了。目前胰腺癌筛查方法有：增强CT和核磁，同时要检查肿瘤标记物，必要时行PET-CT检查。

（据《银川晚报》刘威）

黑色素干细胞“卡住不动”导致毛发变白

美国纽约大学等机构研究人员通过动物实验发现，毛发变白是因为黑色素干细胞“卡住不动”，无法移动到正确的位置接收相关分子信号，因而不能再分化成黑色素细胞。

这项研究显示，小鼠的黑色素干细胞具有一种与其他成体干细胞截然不同的能力：它们会在毛囊的不同区室之间来回移动，在此过程中反复分化和去分化，即回到未分化的状态。随着毛囊老化，越来越多的干细胞卡在未分化区室无法脱离。

研究人员推测，人类的黑色素干细胞也是通过这种独特机制维持再生和分化能力，

让卡住的干细胞动起来有可能让白发自然变黑。相关论文日前发表在英国《自然》杂志上。

黑色素干细胞位于毛囊上部的隆突区域，移动到稍下的毛芽区域并分化成中间状态的“过渡放大细胞”，然后继续下行，在底部毛球区域变为成熟的黑色素细胞。此前人们认为，这个过程与其他成体干细胞分化一样是单向的，不会自行逆转。

研究人员反复去除小鼠的毛，以迫使毛发再生，加快毛囊老化。活体细胞成像和基因测序显示，黑色素干细胞移动到毛芽区域变成“过

渡放大细胞”后，还能回到隆突区域，“逆生长”成为未分化的干细胞。

在实验进行的两年期间，保有移动能力的黑色素干细胞持续分化和去分化，显示该机制是长期持续的。小鼠几次被去毛之后，卡在隆突区域的干细胞超过了50%。隆突区域几乎接触不到分化信号分子，因此卡在该区域的黑色素干细胞无法再分化。

研究人员说，黑色素干细胞在正常生理状态下有如此之强的可塑性，可能是黑色素瘤难以治疗的原因之一。

（据新华社 王艳红）