

云端隐形杀手：你的长途旅行！可能暗藏致命血栓！！

在我们忙碌的生活中，很多人可能没有意识到，一种潜在的健康威胁正悄悄逼近——下肢深静脉血栓（DVT）。常见于长时间不动的情况，比如坐经济舱长途飞行，所以也称为经济舱综合征。这种疾病不仅影响着我们的日常生活，严重时甚至可能危及生命。今天，我们就来深入了解一下下肢深静脉血栓，揭开它的神秘面纱，帮助大家更好地预防和应对这一健康隐患。

什么是下肢深静脉血栓？

下肢深静脉血栓是指在下肢深静脉系统内形成的血凝块。这些血凝块会阻碍正常的血液循环，导致疼痛、肿胀，甚至可能引发更严重的并发症，如肺栓塞。下肢深静脉血栓的形成通常与血液流动缓慢、血管内壁损伤和血液高凝状态有关。

下肢深静脉血栓形成的主要因素

下肢深静脉血栓的形成是一个复杂的过程，通常涉及以下几个主要因素：

血液流动缓慢：长时间的静坐或卧床，如长途飞行、术后恢复期等，都可能导致下肢血液流动减慢。

血管内壁损伤：外伤、手术或某些医疗操作



可能损伤血管内壁，增加血栓形成的风险。

血液高凝状态：某些遗传性疾病、癌症、怀孕、肥胖、长期使用避孕药等都可能使血液更容易凝固。

下肢深静脉血栓的症状

下肢深静脉血栓的症状可能因人而异，但常见的包括：

腿部肿胀：受影响的腿部可能会出现明显的肿胀。

疼痛和压痛：行走或触摸时，可能会感到疼痛或压痛。

皮肤变色：皮肤可能会出现红斑或变色，表

明血液循环受阻。

静脉曲张：在某些情况下可能会出现静脉曲张。

下肢深静脉血栓治疗方式

下肢深静脉血栓的治疗旨在防止血栓进一步形成和脱落，减轻症状，并降低并发症的风险。治疗方法通常包括：

抗凝治疗：使用药物防止血栓扩大和新血栓的形成。

溶栓治疗：在某些情况下，可能需要使用药物溶解血栓。

压迫治疗：穿戴弹力袜等压迫装置帮助促进血液循环。

手术治疗：在特定情况下，可能需要手术移除血栓或修复受损的静脉。例如，在下肢深静脉血栓形成的情况下，可能需要放置一个过滤器以防止血栓脱落导致的急性肺栓塞。然而，放置的过滤器应在3个月内取出，因为长期留置可能会导致过滤器本身引起下肢静脉阻塞，增加其他并发症的风险。

文 / 丛子涵

主动筛查，科技护航

——共筑“肠”治久安新未来

2025年4月15日至21日，第31个“全国肿瘤防治宣传周”如期而至。今年主题聚焦“科学防癌 健康生活”——让肠癌防治“肠”通无阻，呼吁全社会关注结直肠癌这一高发恶性肿瘤的防治行动。肠癌虽位居我国癌症发病率第三位，但因其自然发展周期长、早期干预效果显著，被称为“最易预防的癌症”。掌握科学知识，拥抱先进技术，让我们携手为肠道健康保驾护航！

多点“肠”识，带您了解大肠癌

大肠癌是一种常见的恶性肿瘤，包括结肠癌和直肠癌，是全球范围内发病率和死亡率较高的恶性肿瘤之一。近年来，随着经济的发展和生活方式的改变，我国大肠癌的发病率不断上升。2022年中国癌症疾病负担数据显示，大肠癌新发病例数在中国癌症中位列第二。

大肠癌的发生与多种因素密切相关，如高脂肪低纤维饮食、大肠慢性炎症、大肠腺瘤、遗传因素，以及血吸虫病、盆腔放疗、环境因素（如土壤中缺钼）、吸烟等。其发病率在不同部位有所差异，依次为直肠、乙状结肠、盲肠、升结肠、降结肠及横结肠，近年来有向近端（右半结肠）发展的趋势。

大肠癌的常见症状

- 排便习惯与粪便性状的变化：如排便次数增加，腹泻、便秘或二者交替，黏液便，血便或脓血便等。
- 腹痛：由于肿瘤糜烂、继发感染刺激肠道引起的定位不明确的持续隐痛或腹部不适。
- 腹部肿块：主要在右腹，质硬，呈结节状。
- 肠梗阻症状：晚期大肠癌可能导致低位不完全性肠梗阻，表现为腹胀、腹痛和便秘，完全梗阻时症状加剧。
- 全身症状：如贫血、消瘦、乏力、低热等。
- 转移症状：晚期大肠癌可能导致低位不完全性肠梗阻，表现为腹胀、腹痛和便秘，完全梗阻时症状加剧。

大肠癌的治疗方法

- 手术治疗：手术治疗是大肠癌的主要治疗方法，尤其是对于早期和中期大肠癌患者。
- 化疗：化疗是使用化学药物杀死或抑制癌细胞的生长和扩散。对于晚期大肠癌患者或手术后复发的患者，化疗是常用的治疗手段。常用的化疗药物包括氟尿嘧啶、奥沙利铂等，可以通过口服或静脉注射的方式进行。但需要注意的是，化疗药物可能会带来一些副作用，如恶心、呕吐、乏力等。

3. 放疗：放疗是利用高能射线来杀灭癌细胞或缩小肿瘤体积。放疗通常作为手术前后的辅助治疗手段，以提高手术的成功率和降低复发率。放疗也可以用于缓解晚期大肠癌患者的症状，如疼痛、梗阻等。

4. 综合治疗：综合治疗是根据患者的具体情况，结合手术、化疗、放疗，以及最新的靶向治疗、免疫治疗等多种手段进行综合治疗，需要多学科团队协作，对患者制定个体化治疗方案。

远离大肠癌，从预防开始

相较于治疗大肠癌，预防大肠癌同样重要。我们可以从以下几方面着手，做到健康预防。

- 调整饮食习惯：饮食习惯与大肠癌的发生密切相关。多吃含纤维素的蔬菜水果，有助于保持大便通畅，减少粪便中致癌物与结肠黏膜的接触时间。同时，要减少脂肪和动物蛋白的摄入，注意补充各种维生素等微量元素。
- 戒烟限酒：吸烟和过量饮酒都可能增加大肠癌的发生风险。坚决戒烟，并控制酒精的摄入对预防直肠癌非常重要。
- 保持正常体重：保持健康的体重，避免过度肥胖或过度消瘦，有助于减少大肠癌的发生。
- 积极锻炼身体：适度的体育锻炼可以提高身体免疫力。建议培养慢跑、游泳等有氧运动的习惯。
- 避免接触致癌物：要尽量避免接触致癌物质或暴露于致癌环境中，减少大肠癌的发生风险。
- 定期体检：定期体检是预防大肠癌的重要手段。通过肠镜检查、血常规检查、肿瘤标志物检查等方式，可以及早发现大肠癌隐患，提高治愈率。特别是对于有家族遗传史的人群，更应定期进行体检。

重视癌前病变

肠息肉：80%肠癌由腺瘤性息肉演变（通常需5-10年），发现后及时切除可阻断癌变。
炎症性肠病：溃疡性结肠炎患者需定期肠镜监测。
高危人群：主动筛查是关键。
以下人群需提前筛查（建议从35-40岁开始）：
☑ 一级亲属有肠癌史；
☑ 本人有肠息肉或炎症性肠病史；
☑ 长期久坐、肥胖、糖尿病或吸烟者；
☑ 遗传性肠癌家族（如林奇综合征、家族性腺瘤性息肉病）。

文 / 王慧

微创腋臭手术记 清新生活从此开始

随着春夏季温度的升高，很多大汗腺分泌功能异常的人群非常苦恼，因为会产生刺激气味的腋臭，特别是在公交超市等拥挤的密闭环境中，令人尴尬不已。

近日，就有一位女性患者在我院整形美容中心接受了李兴天医生的微创手术，成功摆脱了腋臭的困扰，重拾了自信。

小彭是一位热爱生活的年轻人，但腋臭问题一直让她倍感尴尬。在公共场合，她总是小心翼翼地避免与人近距离接触，生怕别人闻到那股异味。

这个问题不仅影响了她的社交生活，还让她在工作中失去了不少机会。

在朋友的推荐下，小彭来到了金坛第一人民医院整形美容中心，找到了擅长腋臭手术的李兴天医生。

在详细询问了小彭的病史和症状后，为她进行了全面的检查，并制定了个性化的手术方案。手术当天，李医生采用了先进的微创技术，确保手术过程创伤小、恢复快。

手术进行得非常顺利，小彭在术后第2天就感受到了明显的变化。那股曾经让她尴尬的异味消失了，她终于可以自信地与人交往，不再担心腋臭问题会影响她的生活和工作。

术后，李医生还为小彭提供了详细的护理指导，确保能够顺利康复，小彭的恢复情况非常良好，很快就回归了正常生活。

目前整形美容中心（门诊2楼西侧）针对腋臭提供多种治疗：黄金微针，肉毒素，微创手术（成年患者），患者可以来院面诊，根据具体情况采取合适的治疗措施。

文 / 李兴天