

# 防癌抗癌 早筛早诊

## 2024年全国肿瘤防治宣传周(河南站)系列活动启动

### 「谈癌色不变」,预防应当先

本报记者 冯金灿 通讯员 李惠子 陈玉博

恶性肿瘤是影响我国居民健康的重要公共卫生问题。根据最新发布的河南省2023肿瘤登记年报,河南省总体癌症发病率为279.74/10万、总体癌症死亡率率为163.02/10万。

郑州市疾病预防控制中心慢性非传染性疾病预防控制所所长宋彩娟提醒,作为一种慢性病,癌症的发病率一般会随着年龄的增长而升高。癌症虽然可怕,但人们对癌症也不必过于恐慌,知晓致癌因素,养成健康生活方式,可降低癌症的发病风险。

“做到早预防、早筛查、早诊断、早治疗,三分之一的癌症是可以预防的,三分之一的癌症可以通过早期干预得到根治的,还有三分之一的癌症是可以运用医疗技术延长患者生命、减轻痛苦、改善生活质量的。”河南省肿瘤医院肿瘤内科副主任医师陈小兵说,“癌症的发生与不良的饮食及生活习惯密切相关。合理膳食、适量运动、控制体重、戒烟限酒,保持良好的心理状态对降低癌症的发病率有重要意义。”

根据河南省最新恶性肿瘤发病和死亡数据,肺癌死亡病例占全部死亡病例的24.99%。

“肺癌之所以高发,与吸烟、二手烟和生活环境有很大关系。如果家里有人抽烟,其他家庭成员长期暴露在二手烟的环境下,患上肺癌的概率会大大增加。”陈小兵说。

针对这一现状,陈小兵提出,提高群众健康素养,将预防摆在首位能有效降低癌症的发病率和死亡率。预防策略包括合理膳食、适量运动、心理平衡、充足睡眠、戒烟限酒等一级预防措施,早筛查、早诊断、早治疗的二级预防,以综合治疗和个体化治疗为主的三级预防。

“人们要远离癌症,首先要远离致癌因素。”宋彩娟说,“致癌因素分为不可改变的致癌因素和可改变的致癌因素。不可改变的致癌因素包括年龄、性别、遗传因素等;可改变的致癌因素包括心理因素、行为因素、环境因素、感染因素、饮食因素等。”

“因此,我们可以通过养成健康的生活方式,避免或减少接触致癌因素,接种疫苗等来降低癌症的发病率。此外,参加癌症筛查和防癌体检能对癌症做到早发现早诊断,从而达到早治疗甚至治愈的目的。肺癌、乳腺癌、结直肠癌和子宫颈癌等癌症可以通过早期筛查和诊断,取得很好的疗效。”宋彩娟说。

## 这个中心可为肿瘤患儿提供一站式服务

本报记者 丁玲

目前恶性肿瘤已成为严重威胁儿童生命健康的主要原因,是仅次于创伤的儿童致死原因。我国儿童肿瘤发病率以每年2.8%的速度递增,每年有3万~4万名儿童被确诊为肿瘤。

儿童肿瘤怎么治?如何更好地提高儿童肿瘤患者的生活质量?近日,记者走访了河南省儿童医院儿童实体肿瘤多学科诊疗中心,看看他们如何为肿瘤患儿提供一站式综合诊疗服务。

每周三下午是河南省儿童医院儿童实体肿瘤多学科诊疗中心会诊日。依据患儿的病情,该中心会邀请相关科室专家围绕会诊患儿的病情进行“头脑风暴”。

15岁的患者小张患生殖细胞肿瘤2年多,近日怀疑肿瘤复发,找到河南省儿童医院普通外科二病区、儿童肿瘤外科主任张现伟。考虑到小张已经历2次手术,张现伟组织儿童实体肿瘤多学科诊疗中心专家进行会诊,以便制订最优的治疗方案。

专家对小张的病例、影像学检查等展开讨论,经综合分

析,考虑小张异常的影像学检查结果可能是疤痕增生导致的,建议观察,暂时可不做处理。听到会诊结果,小张和他的父母长舒了一口气。

张现伟说,儿童实体肿瘤往往伴随多种疾病。治疗过程涉及多个学科,肿瘤患儿通常需要在不同科室间奔波,诊断和治疗过程都不方便。在这个过程中,如果治疗环节衔接和操作不当,都会影响治疗及预后效果。而患儿一开始就进入儿童医院实体肿瘤多学科诊疗中心,各个学科专家站在不同角度对患儿的诊疗方案给出合理化建议,最后制订出个体化方案,对患儿的治疗和康复意义重大。

谈起成立儿童实体肿瘤多学科诊疗中心的初衷,河南省儿童医院院长张杰说,儿童实体肿瘤是一种全身性、复杂性疾病,诊断和治疗均需要多学科专家协同完成。儿童实体肿瘤多学科诊疗中心的建立,可以打破不同学科之间的壁垒,调动全院的治疗资源,为患儿提供一站式的综合诊疗服务,确保治疗的连续性、有效性,提高治疗质量和效率。

本报讯(记者冯金灿 通讯员李惠子 李昂)2024年4月15日~21日是第30个全国肿瘤防治宣传周。4月17日,由河南省癌症中心、河南省肿瘤医院主办,信阳市卫生健康委、信阳市中心医院、河南省肿瘤医院信阳分院承办的2024年全国肿瘤防治宣传周(河南站)在信阳市启动,洛阳市偃师人民医院、沁阳市人民医院、上蔡县人民医院、西华县人民医院作为分会场,同时启动系列活动。

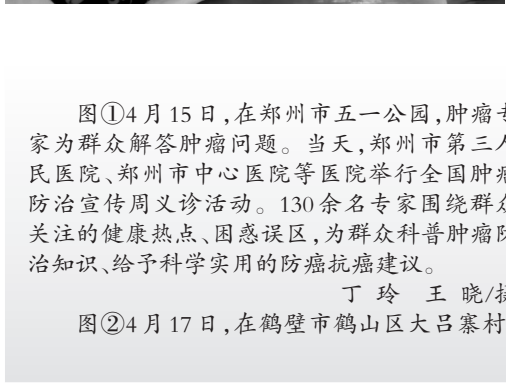
今年的全国肿瘤防治宣传周(河南站)围绕“综合施策、科学防癌”的活动主题,开展一系列形式新颖、内容丰富、通俗易懂、科学实用的肿瘤防治科普宣教活动,为群众提供丰盛的肿瘤防治科普盛宴,持续提升肿瘤防

治宣传的社会影响力。此次活动发布了河南省2023肿瘤登记年报,公布了河南省最新的恶性肿瘤发病和死亡数据;多地联动,在主场和分会场开展科普讲座、赠送肿瘤防治书籍、开展专家义诊活动;通过线上线下相结合的方式开展科普知识进校园、惠大众活动,内容包括科普情景剧视频展播、肿瘤科普知识有奖问答互动、肿瘤防治宣传册发放、系列肿瘤筛查和健康咨询等。

当天,河南省肿瘤医院组织17名经验丰富的专家,到信阳市中心医院开展义诊咨询、科普宣传、健康指导等活动。在义诊现场,专家耐心为患者看片子、读报告,给出专业的治疗意见,进行防癌抗癌知识解答,传播肿瘤

早期预防、早诊早治的健康理念。

“肿瘤防治工作是一项系统工程,要全面加强肿瘤防治,从预防、筛查、诊断、治疗、康复等方面入手,采取综合性、个体化、精准化的策略,切实提高我省肿瘤防治工作的水平。把信阳市中心医院作为河南省肿瘤医院合作共建省级癌症区域医疗中心项目依托的医院,是河南癌症防治体系建设在豫南地区的重要一步,是豫南地区老百姓防癌抗癌的重要保障。”河南省肿瘤医院副院长张鹏说,“下一步,河南省肿瘤医院还将派驻一支由多学科专家组成的临床团队长期驻扎信阳,持续开展坐诊、手术、科普宣讲等一系列工作,提升当地肿瘤防治的整体水平。”



图①4月15日,在郑州市五一公园,肿瘤专家为群众解答肿瘤问题。当天,郑州市第三人民医院、郑州市中心医院等医院举行全国肿瘤防治宣传周义诊活动。130余名专家围绕群众关注的健康热点,困惑误区,为群众科普肿瘤防治知识,给予科学实用的防癌抗癌建议。

图②4月17日,在鹤壁市鹤山区大吕寨村,专家为群众看片子、读报告。当天,鹤壁市人民医院肿瘤相关科室专家开展肿瘤防治宣传与义诊活动。

图③4月17日,在安阳市北关区六二六小区,医务人员为群众义诊。当天,安阳市肿瘤医院组织医务人员下基层进行肿瘤防治科普知识宣讲和义诊活动。

王平 范凌霞/摄

# 发动“绿色引擎” 打造健康企业品牌

本报记者 王婷 通讯员 刘雅娟 文/图

在生产活动中,粉尘、噪声、化学毒物、电离辐射等是常见的职业病危害因素,劳动者长期处于这样的环境中,容易引发尘肺病、职业性皮肤病等。作为生产企业,该如何保障劳动者的安全和健康呢?

在河南平高电气股份有限公司(以下简称平高电气),一套“多管齐下加强员工健康管理”的职业病治理方案一经推出,迅速在业内引发关注,并得到国家卫生健康委职业健康司的认可。

**强化主体责任**  
**打好职业病防治“组合拳”**  
没有全民健康,就没有全面小康。平高电气深化“抓健康就是讲政治、抓健康就是抓发展、抓健康就是抓民生”的思想认识,把职业病防治作为一切工作

的前提抓细抓实。

坚持以“四新”(新技术、新产业、新业态、新模式)项目为抓手,从本质上降低职业病危害因素浓度或强度。平高电气先后在零部件清洗作业、涂装作业上推行替代产品;在焊接车间加装整体式吹吸式除尘系统,在剪板机加装减震垫,在压力机周围设置隔音板,在集尘器外壳和集尘器抽风口等处增设吸音材料。

平高电气每年委托平顶山市职业病防治所对工作场所职业病危害因素进行检测,职业病危害作业点检测率达100%,检测合格率达100%(含复测);每月对有毒作业场所开展职业病危害因素重点检测,并安排专人进行日常检测,达标率达100%。

平高电气完善职业病危害

告知内容,设置职业病危害公告栏、职业病危害告知卡、警示标识等1400余块,并定期进行维护保养。

平高电气每年组织开展氨气泄漏中毒、高温中暑、辐射安全等事故演练20余场次。

**组建“请进来”活动平台**  
**营造人人参与的良好氛围**  
健康企业建设除了领导小

组的组织与推动作用,更离不开每一位员工的参与。平高电气充分调动员工的积极性和创造性,引导大家自觉参与其中。

平高电气连续5年邀请河南省、平顶山市职业病防治专家等开展职业病防治、应急救援技能培训,劳动防护用品正确佩戴及维护保养等专项知识培训,目前共

培训5000余人次。

构建职工自主学习平台。平高电气采取“互联网+”形式,推出“培训超市”,上架职业病防治培训知识素材;建设安全风险预防控制系统,上传国家法律法规及公司制度要求,创建微信公众号“平高家园”,引导职工自主学习职业病防治知识。

搭建职工交流平台。平高电气组织开展“亲情助安、共享和谐”“亲情助安进现场”等系列活动;在全体员工中营造“关爱生命、关爱家庭”的良好氛围,织密筑牢企业、员工、家庭“三位一体”安全防护网。

建立职工应急能力提升平台。平高电气每年组织开展氨气泄漏中毒、高温中暑、辐射安全等事故演练20余场次;通过应

急演练等,切实增强职工应急自救互救能力。

**坚持“五个着力”**  
**架起企职双方“连心桥”**  
安全是企业发展的生命线,是家庭幸福的保障线。为连接职工小“家”和公司大“家”,平高电气坚持“五个着力”,全方位保障职工身心健康。

着力组建心理咨询协会,聘请心理辅导专家开展专题培训,通过微信咨询和电话咨询等形式定期开展线上心理咨询活动,化解工作压力。

着力开展职工一般健康体检,尤其是女职工,及时了解职工自身的健康状况,帮助职工树立健康理念,提高自身健康意识。

着力开展职工精神文明建

本报讯(记者朱晓娟 贾佳丽)“预防和减少传染病的传播是我们所有人的责任。校园作为人员密集场所,做好艾滋病病毒、诺如病毒等病毒的防范至关重要……”4月11日~12日,“防艾专家进校园”活动分别走进平顶山市机械电子科技学校、舞钢师范学校,共计800名师生现场参与互动,并聆听专家讲座。

春季是诺如病毒高发的季节。为增强学校师生对诺如病毒的防范意识,科学有效预防诺如病毒的传播,本期活动特别邀请来自河南省疾病预防控制中心、平顶山市疾病预防控制中心的艾滋病病毒与诺如病毒方面的防治专家马彦民、杨松芹、申晓晴、郑艳丽等,为大家分享了相关知识。

“我们怎么判断对方是不是艾滋病患者呢?我们先来做个小游戏,请10名同学上台来,男生女生都可以。我们通过游戏的方式,形象地展现不当行为带来的严重后果,让同学们进一步了解艾滋病病毒传播的隐蔽性、传播速度及其危害。”马彦民一语解渴,一向向生科普艾滋病的防治知识。

“这个游戏太直观了。我们知道了,一次不负责任的危险性行为,会给自己、家庭、社会带来多么大的伤害。在以后的生活中,我们一定要提醒身边的人,及时去认识和预防艾滋病。”一名参与活动的学生说。

对于如何判断自己是否感染了诺如病毒,以及如何防控,专家也进行了讲解:近10年,在我国,诺如病毒疫情报告大幅增加。诺如病毒疫情主要发生在人员聚集的场所,如学校、托养机构、游乐休闲及餐饮服务场所、医疗机构。专家也提醒,诺如病毒感染后引起的腹泻、呕吐及其他症状没有特异性,无法仅仅根据自己或周围人员的症状来判断个体是否感染了诺如病毒。要及时到医疗机构就诊,采集粪便或呕吐物进行病原学检测。针对诺如病毒,目前没有疫苗和特效抗病毒药物。在日常生活中,注意手卫生,保障饮食、饮水卫生可以有效预防诺如病毒感染。

为了提高师生们的参与积极性,活动组织者还特别安排了互动环节。学校志愿者将歌曲、舞蹈穿插于活动中,让师生们在轻松有趣的氛围中学习防艾知识,提升防艾技能。

自2019年以来,由河南省卫生健康委、河南省疾病预防控制中心、河南省教育厅主办、医药卫生报社联合河南多所高校承办的“防艾专家进校园”活动已连续举办48站。

### (上接第1版) 提高服务能力 中医“妙招”广受欢迎

2021年,灵宝市妇幼保健院新引进一个“高科技”——中药配方颗粒自动调配系统,帮助患者解决了在家煎煮中药不方便的问题。

据介绍,中药配方颗粒自动调配系统可以将中药方剂直接、准确地配置成中药配方颗粒,从递交处方到出成品只需要5分钟~10分钟。中药配方颗粒剂量精准,独立包装,便于携带,开水冲调后服用,非常方便。

而这,仅仅是该院提高中医药服务能力的一个缩影。近年来,该院成立了以院长为组长的中医药工作小组,制订中医药长期发展规划,实行多部门协作,全面推广中医适宜技术,做到患者就诊到哪里,中医药服务就延伸到哪里。

为提高医疗机构的中医药服务能力,省卫生健康委还要求二级以上综合医院和专科医院将中医科室设置为一级临床科室,并明确科室设置、中医药服务能力、中西医协同能力、中医药传承创新能力、中医药管理等20项建设任务,鼓励医院建立中医药使用的绩效分配措施和考核指标,设立中医药工作专项经费。

河南还大力实施“妇幼健康领域中医药服务”系列试点,并逐年提质扩面,初步探索形成了“四个结合、两个融入”机制,即临床与保健结合,将中医药融入妇女儿童全生命周期健康服务;治未病与治已病结合,坚持中医药保健与治未病、关口

前移,打造妇幼健康中医药特色服务;传统中医与中医适宜技术结合,探索挖掘妇女儿童易于接受、安全有效的适宜技术;院内中医与辖区中医结合,履行妇幼健康服务机构职责,在辖区内开展现场指导和业务培训,推广中医药适宜技术;同时把中医药服务融入群体保健、孕产期保健,融入健康教育,推动中医药妇幼深度融合发展。

“从2016年起,我们与河南中医药大学第一附属医院儿科展开全面合作。河南中医药大学第一附属医院的主任医师在我们医院担任儿科主任,每周定期来指导、查房、教学、坐诊。通过多位省级中医儿科专家连续多年的带教、师承,我们医院组建了能熟练开展中医儿科诊疗的医护团队。”新密市妇幼保健院院长李彩虹说,“特别是我们引入的推拿、按摩、艾灸、贴敷等近20项中医适宜技术,已经成为当地儿科诊疗的特色。”

河南还将“妇幼保健机构中医药科室标准化建设”列入质量强省建设重点工作任务,制订印发了《河南省妇幼保健院中医药科室标准化建设评估细则》,加快推动中医药与妇幼健康的深度融合。2023年,河南印发《河南省促进中医药全面融入妇幼健康行动实施方案》,作为全省年度妇幼健康“两提升两促进”行动四项行动之一,并纳入全省卫生健康重点工作,将妇幼健康领域中医药发展融入全省卫生健康大局,持续推动中医药服务高质量发展。



中毒演练

丰富职工的业余体育文化生活,成立篮球、羽毛球、书画等14个协会,让职工放松心情、缓解工作压力。

着力发挥工会的“桥梁”作用,不定期组织趣味体育比赛,丰富职工的文化体育生活。

着力打造构建和谐、平等、信任、宽容的人文环境,建设绿色智慧型“心灵减压室”和“孕产妇休息室”,实现24小时智能化自助式服务。