



《淋巴瘤》,朱军主编,人民卫生出版社2022年11月出版,定价:59元

近二十年来,随着我国医学科技的进步,新型药物和新型治疗方法的不断涌现促进了淋巴瘤治疗模式的更新,显著延长了患者的生存期,改善了患者的生活质量,实现了“活得更长、活得更好”的目标。

“健康是促进人全面发展的必然要求,是经济社会发展的基础条件,是民族昌盛和国家富强的重要标志。人们常把健康比作1,事业、家庭、名誉、财富等就是1后面的0,人生圆满全系于1的稳固。”北京大学肿瘤医院大外科主任、胃肠肿瘤中心主任季加孚表示,目前我国卫生健康事业长足发展,居民主要健康指标总体优于其他中高收入国家平均水平,健康中国占据着优先发展的战略地位。

科普助力疾病预防

但随着工业化、城镇化、人口老龄化进程加快,中国居民生产生活方式和疾病谱不断发生变化。心脑血管疾病、癌症、慢性呼吸系统疾病、糖尿病等慢性非传染性疾病导致的死亡人数占总死亡人数的88%,这些疾病负担占疾病总负担的70%以上。“了解防控和初步处理这些疾病的知识,毋庸置疑,会降低这些疾病的发生率和死亡率,会减轻由这些疾病导致的巨大负担。”季加孚说道。

《“健康中国2030”规划纲要》指出,坚持预防为主,深入开展爱国卫生运动,倡导健康文明生活方式,预防控制重大疾病。“这是健康中国战

淋巴瘤治疗总会“柳暗花明”

丁思月

略的重要一环,需要将医学知识、健康知识以公众易于理解、接受和参与的方式进行普及。这种普及必须采用社会化、群众化和经常化的科普方式,充分利用现代社会的多种信息传播媒体,不失时机地广泛渗透到各种社会活动之中,才能更有效地助力健康中国战略。”季加孚说。

据统计,中国每天有1万癌症确诊病例,癌症是影响人民身体健康的重要杀手之一。世界卫生组织提出,三分之一的癌症完全可以预防;三分之一的癌症可以通过早期发现得到根治;三分之一的癌症可以通过现有的医疗措施延长生命、减轻痛苦、改善生活质量。基于此,北京大学肿瘤医院牵头组织专家编写了《肿瘤科普百科全书》,涵盖了我国最常见的肿瘤,即肺癌、乳腺癌、结直肠癌、肝癌、胃癌、食管癌、甲状腺癌、前列腺癌、宫颈癌、卵巢癌、膀胱癌、肾癌、淋巴瘤、胰腺癌、颅脑肿瘤、骨与软组织肿瘤、白血病、腹膜后肿瘤、子宫内膜癌。

问答形式易读易懂

“烧烤和腌制食品会不会让人患上淋巴瘤?听说喝酒可以促进血液循环,喝酒能预防淋巴瘤吗?脖子、耳后摸到了肿大的结节,会是淋巴瘤吗?为什么用其他肿瘤的化疗方案治疗淋巴瘤不行?为什么淋巴瘤患者需要接种疫苗?”

近年来,淋巴瘤的发病率逐渐增高,越来越受到公众的关注。为了提高大家对淋巴瘤的认识,北京大学肿瘤医院党委书记、大内科主任、淋巴瘤科主任朱军作为“肿瘤科普百科全书”之《淋巴瘤》主编,带领团队共同编纂了《淋巴瘤》科普图书。

本书开篇便介绍了我国淋巴瘤的流行病学数据。我国2015年的统计数据显示,淋巴瘤的发病率已经超过白血病,跃居淋巴造血系统肿瘤的第一位。2016年,我国淋巴瘤的新发病例为7.54万例,发病率为4.75/10万,相当于每2.1万人中就有1人被新诊断为淋巴瘤。非霍奇金淋巴瘤的发病人数远高于霍奇金淋巴瘤,2016年新发

的霍奇金淋巴瘤为6900例,约占总发病人数的10%,发病率为0.46/10万,相当于每21.7万人中有1人被新诊断为霍奇金淋巴瘤;新发的非霍奇金淋巴瘤为68500例,约占总发病人数的90%,发病率为4.29/10万,相当于每2.3万人中就有1人被新诊断为非霍奇金淋巴瘤。

本书编写组适时推出了这部科普书籍,围绕淋巴瘤的知识进行深入浅出的讲解,在答疑解惑的过程中帮助公众全面而系统地了解淋巴瘤。

本书分为七个部分,前四个部分重点介绍了大家关心的淋巴瘤发病率、危险因素、临床表现以及预防措施等问题,并对一些错误观念进行了纠正,后三个部分对淋巴瘤患者诊断、治疗、康复中常见的问题进行了解答。

作为科普书籍,本书以大众最关心的问题为编写依据,以问答的形式表现,用通俗易懂的语言向读者介绍淋巴瘤相关知识。如在淋巴瘤的临床表现这一章节,为向公众描述淋巴结的硬度,书中写道:“正常淋巴结质地柔软,触诊时的感觉犹如嘴唇的质地;感染引起的淋巴结肿大,质地坚硬,触诊时的感觉犹如鼻尖的质地;淋巴瘤以及转移癌引起的淋巴结肿大,质地坚硬,触诊时的感觉犹如额头的质地。”读者仅靠文字描述便可明晰不同形式的淋巴结触诊的区别。

“救救淋巴瘤”

前不久,朱军搬进了新办公室,门牌号从“99086”换成了“211”。七八年前,朱军把自己原来位于9层的办公室门牌号改成了“99086”,谐音“救救淋巴瘤”。当患者站在生命的悬崖边时,他曾无数次拉住他们的手。

30多年前,当他作为第三军医大学(现陆军军医大学)的优秀毕业生走进301医院血液科时,淋巴瘤只是血液科里极其弱小的一个分支,诊断不明确,没有特效药,生龙活虎的小战士送进来,医生却无能为力,只能眼看着他一天天衰弱,直至死去。朱军说,淋巴瘤病区因为归类为内四病区,被同事戏称为“累死病区”,累而

不得,“那种沮丧的心情太让人挫败了”。如今北京大学肿瘤医院办公室的门牌号“99086”是他作为临床医生直抒胸臆的呼喊。

而现在的“211”,朱军觉得也很好。他说,“211工程”是国家在高等教育领域进行的重点建设工作,这个数字已经成了一个代号,代表着我们对国家科技、文化等事业发展的愿景。“新的变化,也是新的要求。”朱军希望,自己带领的淋巴瘤科能在行业中发挥更大的引领作用,自己也能从一个好的淋巴瘤医生出发,帮助科室和医院站到更高的平台,催生更强的能力。

北京大学肿瘤医院副院长、本书副主编宋玉琴对淋巴瘤诊疗有同样的感受。在所有恶性肿瘤中,对淋巴瘤的治疗最能带给她心灵上的慰藉和成就感。她说,如果她注定要在肿瘤领域里“折腾”,那么淋巴瘤一定是不二之选。“淋巴瘤的治疗最是充满希望和乐观,你会发现总有柳暗花明的时候。”宋玉琴如是说。

近二十年来,随着我国医学科技的进步,新型药物和新型治疗方法的不断涌现促进了淋巴瘤治疗模式的更新,显著延长了患者的生存期,改善了患者的生活质量,实现了“活得更长、活得更好”的目标。根据北京大学肿瘤医院的诊治经验,淋巴瘤患者经过规范化治疗后,5年生存率高达65%。

“当然,我们也要看到,淋巴瘤的规范化诊断治疗在全国范围内做得还不够充分,人们对淋巴瘤的认知还有很多误解,健康生活方式等预防措施仍有不足,这些制约因素势必会影响我国淋巴瘤整体的诊治能力和治疗效果。”朱军表示,《“健康中国2030”规划纲要》提出“2030年实现全人群、全生命周期的慢性病健康管理,总体癌症5年生存率提高15%”,这就要求医务工作者不但要治病救人,而且要重视疾病的预防和控制,也就是把关口前移,加强科普宣传工作,真正做到“上医治未病”。

“希望本书能够成为淋巴瘤科普书中的精品读物,为我国癌症防控事业尽绵薄之力。”朱军说。