



逢“胸”化吉“耿三丰”

张建芳 闵家祺 本报记者 陈晶

“主任，您太厉害了，我在知名三甲医院复查时超声医生居然没发现做过手术，很是不可思议。”患者张女士兴奋地感叹耿凤勇手术高超。

刚走进航空总医院乳腺外科病区，恰巧遇到患者向耿凤勇“报喜”。原来，张女士7年前被确诊为乳腺恶性肿瘤，经朋友推荐找到航空总医院乳腺外科主任耿凤勇。在明确是单一病灶后，耿凤勇为其制定了保乳手术方案，将手术切口巧妙地设计在乳晕边缘的交界处，在确保肿瘤完整切除的同时基本可以达到术后无瘢痕的目的。

“你的肿瘤性质很好，每年都要定期复查，只要度过5年风险期就可以理解为没有得过这个病了。”术后，耿凤勇叮嘱张女士。7年来，张女士遵医嘱定期复查，病情和精神状态以肉眼可见的速度好转，她将自己的经验分享其他病友，帮助病友增强信心。

在乳腺外科病区，“逢胸化吉”“乳此平安”“大医精诚”“医德高尚”牌匾表达着患者的感激之情。“这不仅是对团队的认可，更是鞭策。”耿凤勇表示，多年来，患者陪伴着团队共同成长，结下了深厚情谊，经常有患者送来感谢信、锦旗。

耿凤勇凭着环乳晕美容切口的“独门绝技”，帮助一批又一批慕名而来的乳腺病患者，实现重塑完美人生的梦想。目前，乳腺外科术后定期复查患者已达2000余人，其中恶性肿瘤患者580多人，男性患者80多人。

赵女士就是患者之一，谈起耿凤勇主任，满眼都是对他的感激之情。“我在2019年4月被确诊为乳腺癌，耿主任本可以像普通手术那样对待，但是耿主任考虑到我的年龄和特殊的身体情况，为我保留了一根腋下大神经，这样术后胳膊的恢复情况就会更好一些。为保留这根大神经，整套手术延长了一个小时。我内心真的是无比感谢耿主任的付出。”赵女士表示，在病房的日子里，耿主任永远是来得最早走得最晚那位。在



耿凤勇手术中

医治过程中，从术前沟通，制定手术方案，到实施手术，术后化疗方案，后续药物治疗……每个环节，耿主任都会耐心讲解，一视同仁，根据不同的分期分型和个体化治疗。耿主任对待手术精益求精，既要考虑手术病灶的切除，又要考虑术后病人外观的完美，还要考虑术后患侧的功能恢复。很多患者，都对耿主任夸赞有加！

“每当看到患者难为情地露出乳房上大大小小的疤痕，心里五味杂陈。我们团队很早就意识到这个问题，并进行了实践探索，现已取得不错的成效，我们的原则是能够

一并解决的，绝不给日后留隐患。”回想起当初的经历，耿凤勇表示，即使现在，也有很多医院采取传统手术方式，就近入路切除肿瘤，结果是术后留下大小不一的疤痕，即便日后进行整形美容手术，效果不甚理想。

为了帮助患者实现术后无痕的目的，耿凤勇在工作10年后到北京大学攻读肿瘤外科学硕士学位，学习先进理念，提升技术水平，又到中国医学科学院整形外科医院进修整形美容技术，像“张三丰”创立武当派一样，将肿瘤学、外科学、整形美容学等多学科技术优势融会贯通，历经数十年探索与实践，独创出一套环乳晕美容切口入路手术方式，在解除病痛

的同时进行乳房修复与再造，增强乳房外在美感，让患者重拾自信，勇敢面对生活。同时，他还发挥曾经内科医生的从业优势及心理学、营养学、社会学专业团队优势，为乳腺癌患者提供手术、放疗、化疗、回访全流程管理服务，让患者安心治疗，得到患者的认可与好评，被人戏称为“耿三丰”。

“肿瘤的治疗是一个系统工程，把每一个环节都要做好，才能有望获得一个长远生存期，才能有一个好的生活质量。”耿凤勇表示，我们的目标是手术尽力做细，做干净，做完美，减少术后不适症，改善患者术后生活质量，让患者日后生活更有信心。虽然会遇到困难，但是我们愿意花精力去克服。

孟女士罹患的乳腺恶性肿瘤的种类比一般的恶性肿瘤的侵袭性更高，更容易发生复发和转移。万幸的是，每当恶性肿瘤有复发迹象时，她总能及时到医院就诊，而耿凤勇也能及时察觉，给予有效的化疗药物或靶向药物遏制住肿瘤的蔓延趋势。然而，由于恶性肿瘤的生物学特性，即使切除整个乳房同时做了腋窝淋巴结清扫，孟女士体内的恶性肿瘤细胞仍然有全身多发转移的情况，曾一度出现骨转移、肝转移、肺转移、两次出现脑转移。每当坚持不住时，耿凤勇总会给她鼓励：“要坚持下去，抗癌药物更新迭代速度比以前更快了，我们一起去和时间赛跑。”就这样，孟女士与乳腺癌抗争了8年之久，还会一直坚持下去。

“你用自己的经历见证了乳腺恶性肿瘤治疗领域的发展。”耿凤勇每次见到孟女士都会不由地感叹。孟女士也由衷地感谢耿主任，正是他的不懈坚持，8年来给了自己生的希望。

近年来，乳腺外科为了更好地服务患者，建立5个病友微信群，搭建起医生与患者的沟通桥梁，帮助患者缓解心理压力，重拾信心。“患者需要的，就是我们追求的。”耿凤勇介绍，前辈曾发出“但愿世间无疾病，宁可架上药生尘”的感慨，我们也希望为乳腺疾病患者的健康出一份力，帮助患者早日回归社会。

快讯 KUAIXUN

“中国家庭常备药” 上榜品牌活动在穗举行

本报讯（记者 陈晶）随着“健康中国”战略的深入推进，全民健康意识不断提升，越来越多的家庭都有了属于自己的“小药箱”，准备一些常用药以备不时之需。为了满足广大百姓建立家庭健康防护的需要，凝聚医药健康行业的标杆品牌力量，12月4日，由中国家庭常备药、中国家庭常备保健食品、中国家庭常备医疗器械及消毒用品上榜品牌”颁奖典礼在广州举行，来自全国各地的行业专家、知名药企高层、上榜品牌代表、主流媒体代表等共300人出席了活动。

自2016年以来，被誉为“家庭常备药品风向标”的中国家庭常备药上榜品牌活动已举办6届，多年来始终保持对药品消费市场的关注，为千万家庭提供最新的常备药品资讯。今年，随着新冠疫情之后家庭医疗器械和消毒用品在百姓日常生活中的使用频率不断上升，为满足更多家庭的需要，活动进行了全面的升级，在“中国家庭常备药”榜单的基础上，进一步充实“中国家庭常备保健食品”“中国家庭常备医疗器械及消毒用品”榜单，让优质家庭常备药品呈现在大

众面前之余，也让优质营养保健食品、医疗器械及消毒用品与其齐驱并进，为国民构筑更加完整、牢固的健康防护墙。

活动组委会表示，本次评选共经历了初步审核、大数据及市场调查赋分、大众投票得分、产品公示等环节，以保证上述榜单的指导性、大众性、合理性和公正性，更好地为广大老百姓服务。今年共有139个医药产品从评选中脱颖而出，成功上榜。榜单涵盖了止咳祛痰药、心脑血管药、维矿用药、外用止痛药、皮肤科、抗衰老药、保健品、医疗器械及消毒用品共30个类别产品，全方位贴合老中青少四代人的基本健康需求。

主办方家庭医生在线表示，本次活动展现了肩负着神圣社会责任的医疗健康平台，为人民健康而努力执着追求。未来，希望有越来越多的药企参与到活动中来，推出更多优质医药产品，让“好品牌”走入千万家庭视野，为全国千千万万个家庭的健康保驾护航，为助力“健康中国”添砖加瓦。

活动同期还设立了圆桌论坛环节，主要围绕新消费环境下，企业如何建立起产品和消费者之间品牌背书等主题展开研讨，数位业界专家参与论坛，并从多个维度进行剖析，提出了有深度、有价值的实践方向和解决思路。

医学新知 YIXUEXINZHI

过量摄入维生素B5 恐促进肿瘤生长

近日《自然》子刊的一项新研究，指出滥用维生素与癌症密切相关。该研究发现，表达了致癌基因MYC的乳腺癌细胞严重依赖维生素B5来生长和存活，而减少维生素B5的摄入，可抑制乳腺癌生长。

维生素B5，又称泛酸，主要参与人体内糖、脂肪、蛋白质和能量代谢，为细胞提供能量。它广泛存在于各类食物中，如瘦肉、家禽、坚果、谷物、牛奶、蔬菜和水果等，也正是因为它来源广泛，一般饮食均衡就不太易出现维生素B5严重缺乏的情况，因此也不需要额外补充。

该研究团队将人类乳腺癌肿瘤

组织移植到小鼠体内发现，高MYC区域呈现出较高水平的维生素B5，进一步探究机制发现，MYC活性的增加促进了对维生素B5的吸收和代谢，从而刺激更活跃的三羧酸循环和代谢产物的摄取，为肿瘤细胞提供生长所需的能量。而通过饮食限制维生素B5摄入，会引起许多MYC介导的代谢改变的逆转，并导致肿瘤生长受阻。

研究人员表示，尽管维生素B5与肿瘤生长有关，但考虑到维生素B5对人体免疫系统也至关重要，所以，普通人以防癌限制维生素B5摄入量也不可不必，最主要做到不缺乏不过量。（陈晶）

医学人文 YIXUERENWEN

“倔老头儿”康复记

肖敏佳

“肖大夫，太谢谢你了，我今天终于能出院了！”王叔叔是位八旬老人，股骨粗隆间骨折术后，经过一个多月康复治疗，骨折并发症均已控制，同我挥手道别时，他的脸上洋溢着开心的笑容。

“大夫，我骨折术后第3天了，我的诉求就一个，尽快让我的腿能走起来。”我还清晰地记得王叔叔刚住院时的情形。

“好的，叔叔，您别着急，今天会给您安排康复评估，再根据您的身体状况制定详细的康复方案。顺便问您，您以前身体怎么样？除了骨折，还有其他基础疾病吗？”“我身体好得很，没啥基础病。”

然而，患者的外院诊断证明上明确写着肺部感染、双侧胸腔积液、泌尿系感染、重度骨质疏松、肾功能不全、低蛋白血症……

当我面带疑惑询问家属时，三位家属均否认相关病史，亦无法提供外院检查结果。王叔叔还特意强调，只管治疗腿，其他检查和治疗一律不做。

股骨粗隆间骨折，常见于老年患者。因为老年人骨质疏松比较严重，比如走路滑倒，就有可能导致股骨粗隆间骨折。一般情况下需采取手术治疗，术后不宜过早负重站立，在卧床期间可能出现下肢静脉血栓、肺部感染、泌尿系感染、褥疮等并发症。王叔叔就是在家滑倒后出现的骨折。尽管患者和家属对我的问诊表现出不耐烦，但在住院当天，我还是耐心地跟他们交代了可能出现的并发症，并采取了相应的药物治疗。

住院第3天，王叔叔突然出现胸闷憋气、呼吸困难。我一边安抚王叔叔的情绪，一边再次耐心询问其既往病史。王叔叔这才告诉我，

他患有慢阻肺病史多年，心功能也较差。考虑王叔叔是慢阻肺急性加重，便给予积极对症处理。当晚，王叔叔因肺部感染诱发了房颤。经过医生的积极治疗后，喘憋逐渐减轻，房颤也得到了控制。在肺部感染和房颤期间，王叔叔不愿翻身，日常生活完全依赖护工。他的食欲差，排便不畅，并逐渐出现腹胀、排气量减少，经检查后考虑不完全性肠梗阻。

于是，我开始耐心地做王叔叔的思想工作，劝说其服用中药，并结合艾灸、电针、按摩、肛管排气等治疗，叮嘱其增加日常活动量，促进胃肠蠕动。其后，王叔叔已由最初的不耐烦，变成了每日主动跟我汇报排气、排便情况，对于康复治疗也积极配合。慢慢地，他的腹胀减轻了、食欲恢复了、排便通畅了，在助理器械帮助下已经能慢慢行走了。

看到王叔叔的状态越来越好，我从内心深处感到久违的踏实和安心。随着一道道关卡的解决，王叔叔想着能不能把他的尿管也拔掉，先后尝试两次拔除尿管，均以失败告终。王叔叔心理压力倍增，整日忧心忡忡。而我除了告诉他不要紧张之外，也积极调整前列腺增生用药，同时配合艾灸及电针。第3次时，顺利拔除了尿管。随着王叔叔病情的好转，也到了他该出院的日子。这次，我们笑着挥手道别。

其实，临床上我们常会遇到一种情况，就是患者或家属会隐瞒病史，或者完全不清楚病情。初次沟通时，患者也可能态度冰冷。面对这种情况，我们需要有比平时更多的耐心，把自己放在他人的角度思考问题，而不是简单在病历中一笔带过。耐心地倾听及沟通，常常会有意想不到的效果。

（作者系北京小汤山医院中西医结合康复科主治医师）

将患者的需求作为自己努力的方向

马廷磊

党的二十大报告提出，“推进健康中国建设，把保障人民健康放在优先发展的战略位置”“加快实施创新驱动发展战略，加快实现高水平科技自立自强，以国家战略需求为导向，集聚力量进行原创性引领性科技攻关”。作为新时代的医务工作者和青年党员，我深受“健康中国”理念的感染与激励，时时刻刻将国家战略方向和个人工作方向紧密衔接起来，将患者需要和科学研究紧密联系起来，让临床引导好科研目标，让科研服务好临床诊疗。

在临床工作中，我经常碰到年轻肠癌患者。一方面，现代年轻人的不良生活习惯增多，青年肠癌患病率激增；另一方面，许多年轻患者忽视癌症早期症状和定期健康体检，导致错过最佳治疗时机，呈现出分化差、分期晚的青年肠癌特征。这些年轻人有的尚在上学，享受着青春时光；有的刚刚事业起步，处于春风得意的上升阶段；有的已经组建家庭，是家人们倚靠信赖的顶梁柱。每每看到他们迫切求医的目光，我总是深感惋惜，这也促使我努力通过医学手段降低年轻人群的发病风险。

“马医生，我的孩子还在上初中，我还想着他长大，请您一定要帮帮我。”我至今还记得刚工作时曾接诊过的一名43岁男患者，这位患者平时没有任何身体不适，却在一次检查中被确诊为结肠癌。初次见到这位患者时，我能从他忧郁的表情中感受到他身上的压力和焦虑。我被患者真挚的言语和生存的愿望深深触动，也深深感受到作为一名医生的责任和使命所在——全心全意为患者生命健康而奋斗，让每一位患者都能活得更好、更长。经过多学科联合治疗和长期随访，这位患者几年来均没有复发，每次门诊随访总是满脸笑容地向我道谢。患者在痊愈后健康生活、积极向上的样子，对我而言，就是最大的激励和肯定。

能否用非侵入性的早筛早诊手段帮助年轻人有效预测肠癌风险？这既是一个极具临床价值的课题，也是一个长期困扰着我的难题。经过4年的工作期间，我们团队在全球首次绘制出了中国青年肠癌患者的肠道菌群谱和代谢物谱，基于“细菌-代谢物-细菌酶基因联合”标志物开发了诊断模型，有望通过粪便样本实现对青年肠癌高危人群进行早期筛查以及精准检验。除此之外，我们团队还在肠癌类器官培养、肠癌多组学分析、纳米材料交叉研究等多方面进行了深入挖掘，站在肠癌研究领域前沿，将患者的需求作为自己努力的方向，将患者的康复作为自己科研的动力。

医学创新转化之路道阻且长，尽管在科研过程中困难和失败屡见不鲜，但当研究成果成功落地并应用于临床拯救了更多生命时，我也真切地感受到所有付出都是值得的。这激励着我持续推动肠癌微生物领域的基础和临床转化研究，不断提高科研成果的创新性和实用价值，让创新科技成果造福更多的中国患者。

临床医学人才培养对于未来医学的发展至关重要。在指导学生的过程中，我总对学生说“医学是没有捷径可走的，即使工作量庞大、手术繁忙，也要用心对待每一位患者，只有经历这样一段过程，才能积累起更多临床经验。我们要敢啃‘硬骨头’、敢挑战‘卡脖子’问题，做出更创新、更有价值的研究，并最终实现肠癌患者获益的最大化”。鼓励学生多吃苦、多试错，在投身于科研的同时也要不断向临床学习、向患者学习。

作为一名青年医生，我深知肩负的医者使命庄严而艰巨，我将不忘医道救苦初心，竭尽医术所长，全心全意保障人民健康，竭力解除患者痛苦。

（作者系复旦大学附属肿瘤医院副主任医师）

促炎饮食多 胃癌风险高

胃癌是胃癌的一种，发生率占胃恶性肿瘤的95%，与不良饮食习惯有关。近日，巴西AC卡马戈癌症中心和圣埃斯皮里图联邦大学等研究小组在《营养学》杂志发表的一项多中心病例对照研究显示，由饮食引起的相关炎症与胃癌发病有关。

该项研究共纳入1645名参与者，包括492例病例与377例内镜镜检查对照组以及492例病例与776例医院对照组，通过有效的食物频率问卷，对饮食炎症指数进行评分，分析促炎饮食与胃癌风险之间的关系。

结果表明，在病例与内镜镜检查对照组中，与促炎饮食评分最低组相比，促炎饮食评分最高组胃腺

癌风险增加2.60倍，非贲门型胃腺癌风险增加2.90倍，弥漫性亚型胃腺癌风险增加3.93倍。在病例与医院对照中，与促炎饮食评分最低组相比，促炎饮食评分最高组胃腺癌风险增加2.70倍，贲门型胃腺癌风险增加3.31倍，非贲门型胃腺癌风险增加2.97倍，肠型胃腺癌风险增加2.82倍，弥漫性亚型胃腺癌风险增加2.50倍。

研究人员指出，上述研究提示，促炎饮食与胃腺癌风险增加相关，促炎饮食越多，风险越高。因此，为预防胃腺癌，平时应减少高糖食物、精制碳水化合物、加工肉类、油炸食品、含糖饮料、反式脂肪酸、酒精等促炎饮食的摄取。

（宁蔚夏）

图说健康 TUSHUOJIANKANG



警医联合进牧区 贴心服务送健康

12月6日，新疆伊犁边境管理支队洪纳海边境派出所根据边境山区交通不便、缺医少药、医疗条件较差的实际情况，民警联合当地卫生院医生组建“送医送药服务队”，带上相关的医疗设备，前往边境牧区为牧民群众义诊，为他们免费体检、诊断病情、答疑解惑，讲解高寒山区易患疾病的预防知识等。王鹏飞 郭玮 摄