

# 怎么这么冤! 多拼两年刚退休,57岁查出胃癌

## 我省41多万例肿瘤统计发现,57岁真的容易招来健康恶梦—— 16年间,癌症发病年龄提前近两年,平均落在57.6岁

本报通讯员 王屹峰 李辉章  
本报记者 吴朝香

57岁张女士去年底才刚退休,近日不幸确诊为胃癌。张女士说自己原本55岁打算退休的,但做财务资深,单位留了她两年,没想到经常拖班,辛苦了两年,落下了胃病。疫情缓和了点,去医院一查竟是胃癌。

“退休后想着能开始享受生活了,谁知……真的太委屈了。”像张女士这样,退休不久查出癌症的不在少数。

昨日,钱江晚报记者从我省肿瘤防治宣传周启动仪式上了解到,近16年间,浙江省恶性肿瘤发病年龄呈前移趋势,平均发病年龄由59.7岁下降至57.6岁,30~49岁年龄组发病增速和增量明显,女性比男性趋势更为明显。

据了解,这项研究数据来源于浙江省14个国家级肿瘤登记地区,在2000年1月1日至2015年12月31日间确诊上报的全部恶性肿瘤新发病例,共计41.26万例。

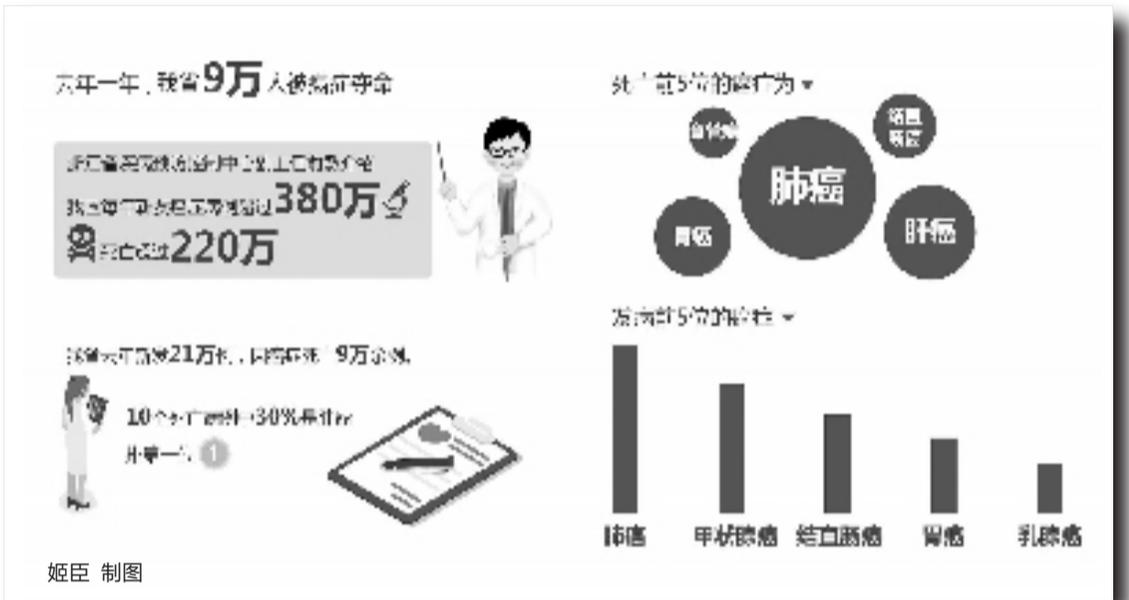
中国科学院大学附属肿瘤医院(浙江省肿瘤医院)防治科主任杜灵彬介绍,年龄是恶性肿瘤发生的重要独立危险因素,肿瘤的发病率随着年龄的增加而增加。“所以像张女士这样,不服老还打拼的中年人,有时真的要小心年龄这道坎。”

研究结果显示,标化平均发病年龄由2000年的59.7岁,下降至2015年的57.6岁。其中女性标化平均发病年龄由2000年的56.5岁,下降至2015年的54.0岁;男性标化平均发病年龄呈平稳趋势。

与2000年相比,2015年标化发病峰值年龄由65~69岁前移至60~64岁,同时25~49岁标化发病构成比明显增加,60~74岁明显减少。进一步分性别分析,女性标化发病峰值年龄由60~64岁前移至50~54岁,25~55岁标化发病构成比明显增加。

这一系列的数据,告诉大家一个信号:中招癌症的年龄在提前,防癌从30年开始已不算早——30~49岁恶性肿瘤标化发病构成比由2000年的16.9%增加至2015年22.1%。

杜灵彬认为,像甲状腺癌、乳腺癌等恶性肿瘤的预防尤其要早。



### 记者访谈

#### 生活好了,为什么恶性肿瘤发病年龄反而提前了?

浙江省肿瘤医院常务副院长陈明:这其中的原因有很多。首先是环境污染问题,空气污染、水污染和土壤污染增加了年轻人群的PM2.5、重金属和化学致癌物等危险因素的暴露风险和累计暴露量,加快了癌细胞突变的进程。潜在的或未知的新型肿瘤危险因素的出现和暴露量的积累也助推了恶性肿瘤发病年轻化。

#### 肿瘤最“喜欢”人干什么?

陈明:久坐、熬夜、肥胖。

当然还有吸烟、大量饮酒。比如天天喝白酒,十年二十年,肿瘤就孵出来了;另外,90%的小细胞肺癌患者有吸烟史。结直肠癌喜欢偏食的人,比如蔬菜、粗粮吃得少,肉类蛋白食物吃得多。

#### 生活习惯挺难改,还有方法可以防癌吗?

陈明:当然有!最有性价比的就是定期体检、做专科医生建议的筛查。

比如做胃镜,就可以发现早期胃癌,做肠镜可以发现早期肠癌;胸部CT检查,可以将潜在的肺癌病例提前找出来。不仅如此,癌前病变同样也是这些的筛查手段,癌前病变及时治疗,控制住了,就可以远离致命的癌症。

#### 晚期癌症是绝症吗?

省肿瘤医院院党委书记于恩彦:三分之一的癌症是可以预防的,还有三分之一的是可以早发现早治疗,最后的三分之一,是比较严重的,但依靠我们现在的科学技术,通过我们目前的治疗方法,综合治疗后,生存率还是不错的。对晚期癌症患者来说,精准化、规范化诊疗最重要,千万不要瞒家人,专病专治能最大化地让患者受益。

### 服务+

本周“浙江大健康”微信公众号开展了胃癌知识问卷调查,300多位粉丝参与调查,93%的人认为胃癌的发病和饮食习惯有关,95%认为祸首是“三餐饮食不规律”,有半数的人经常或偶尔上腹部疼痛。

说到食物能否防癌,有四分之三的人宁信其有,希望能得到专家的指导。

专家认为,以下饮食习惯成为罹患胃癌的第一块多米诺骨牌:常吃烧烤、油炸、腌制、高盐食物——持续刺激胃黏膜——引发胃炎——胃溃疡——结果患上胃癌。

中国科学院大学附属肿瘤医院内镜科王实主任医师建议,如果改不掉“坏习惯”,那么你到了40岁,只要定期到医院进行筛查,胃癌还是有机会防住的。尤其是幽门螺杆菌感染者,或已有慢性萎缩性胃炎、胃溃疡、胃息肉、肥厚性胃炎、恶性贫血等疾病的人,更要引起高度重视,提高检查频率。最有效的筛查就是内镜,千万不要害怕去做胃镜。

记住:任何癌症发现时早期,都有得救,甚至一次手术切除就可以“高枕无忧”,而晚期时才发现,多半会要命。去年一年,我省就有9万人被癌症夺去生命。

重要的事不要拖,赶紧来了解防癌知识吧:本周五,钱报“小时新闻”APP云诊室邀请了王实医生来直播,跟大家聊聊早期胃癌的筛查流程,告诉你最有效的防癌关口。 本报通讯员 曹露婷



省肿瘤医院院党委书记于恩彦