

都市“好女人”，癌症“高风险”

专家提醒：有5类城市女性最易被癌症盯上



扫一扫
健康新闻转起来

文、图：今日女报/凤网记者李诗韵 实习生张伊人 通讯员周文奕

电视剧里曾有一句话：人太好了，不长命。听着像是讽刺，可在医疗圈里，这句调侃的话却有一定道理——近日，由上海中医药大学教授何裕民主持的一项调查结果显示，在我国城市女性癌症患者中，70%属于人们眼中的“好女人”。她们在生活中一丝不苟、不爱发火，既不抽烟酗酒，也不胡吃海塞……

然而，她们究竟为什么更容易被癌症盯上？放眼湖南，又有哪些癌症更爱“好女人”？今天，咱们就用图文告诉你，“好女人”怎么防癌！

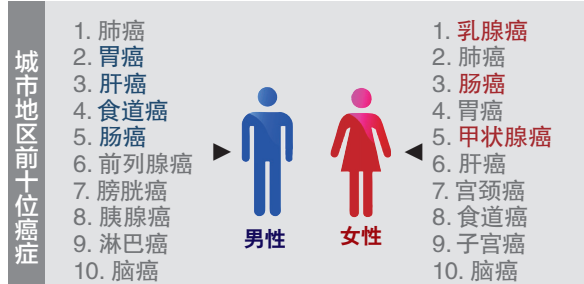
■热点

城市“好女人”的癌症风险

说起“好女人”，我们首先会想到都市白领——她们因为人际接触广、教育水平高等，更具抗压与包容能力。不过，城市“好女人”的健康问题却备受关注。由上海中医药大学教授何裕民主持的一项调查结果显示，在我国城市女

性癌症患者中，70%属于人们眼中的“好女人”。而这一结论也在国家癌症中心得到认可——如今，中国每天有约1万人确诊癌症，而城市里得了乳腺癌、卵巢癌、肺癌等女性患者，主要是凡事认真、追求完美极致的“好女人”。

■看图



五类“好女人”癌症风险高

那么，究竟哪些癌症更青睐“好女人”呢？

“好脾气”

湖南省妇幼保健院乳腺外科主任医师陈杏初介绍，乳腺癌除了与激素、基因遗传、环境和饮食相关之外，最主要还与性格有关，“太没有脾气、经常独自承受压力的习惯也是致癌的重要原因。”

“完美主义者”

“很多胃癌患者都有完美主义倾向。”湖南省人民医院肿瘤科主任医师段新华介绍，工作中爱较真、过于追求完美的人，往往容易三餐不定、废寝忘食，所以患胃癌风险很高。

“好太太”

另外，段新华提醒，经常接触油烟的全职太太要注意防范肺癌。在

非吸烟女性肺癌因素中，超过60%的女性长期接触厨房油烟。

“老好人”

除了以上两种，大家眼中的“老好人”也是癌症高发人群。“我们在乳腺癌患者中发现，她们很多都很在意旁人的眼光，平日总喜欢压抑自己的情绪。”陈杏初表示，如今，乳腺癌是湖南女性的“头号杀手”，且有年轻化趋势，“今年确诊乳腺癌的年龄最小的女性只有26岁。”

“都市女强人”

除此之外，今日女报/凤网记者从长沙市多家医院了解到，“都市女强人”是医生眼中最高危的癌症人群——经常憋尿，容易患膀胱癌；久坐不动，肠癌风险高；长时间熬夜、缺少睡眠，肝癌“敲门”等。

■支招

湖南“好女人”需要坚持哪些体检

专家名片



陈杏初（湖南省妇幼保健院乳腺外科主任医师）

乳腺癌：

35岁后每月要自查

月经来潮后第9—11天是自检最佳时期

乳腺癌发病率随年龄增加而上升，35岁后接近高发年龄，要坚持每月自查和每年定期查体。

视诊：双臂下垂，观察乳房弧形轮廓有无改变，是否在同一高度，皮肤有无脱皮或糜烂；乳头是否对称、提高或回缩；腋窝有无肿块或淋巴结肿大。双

手叉腰，身体向左、右旋转观察。

触诊：站立或仰卧，左手放头后方，右手检查左乳房，手指并拢，从乳房上方顺时针移动，按外上、外下、内下、内上、腋下顺序检查有无肿块。用食指和中指轻压乳头，观察是否有带血分泌物；触摸腋窝和锁骨上窝有无肿大的淋巴结。

提醒：不要用指尖压或挤压，若发现肿块或其他异常要到医院做进一步检查。

卵巢癌：

腹部经常疼痛要及时检查

一年一次彩超检查是早期发现的好方法

卵巢癌死亡率居女性生殖器官恶性肿瘤之首，由于卵巢深藏盆腔内，所以即使长了瘤子也不易被发现。

如果腹部持续肿胀，有压迫感及疼痛、肠胃不适，进食困难或极易有饱腹感，尿频或

尿急、阴道不规则出血或月经失调，绝经后阴道出血等，就要警惕卵巢癌。卵巢癌可发生于任何年龄，年龄越高发病越多，以更年期女性（一般45—55岁）为主，多见于停经后；另外，独身或未生育的女性卵巢癌发病率高。

宫颈癌：

性生活3年以上要进行宫颈癌筛查

主要以HPV检查和TCT检查为主

宫颈癌是伤害女性健康的高发癌症，我国每年约有13万新发病例，总病例占全球28%以上，且80%的患者被确诊时已发展扩散。

性生活3年以上，就要进行宫颈癌筛查，主要包括HPV检查（人乳头状病毒）、TCT检查（宫颈细胞学检查，较传统巴氏涂片检查更精准）。

■健康身边事

灾后高温，医院半月收治20例脑膜炎患者

今日女报/凤网讯（记者李诗韵 通讯员汤雪）长沙地区水灾过后，气温升高，不少病毒滋生活跃。7月18日，记者从长沙市中心医院了解到，7月1日至今，该院神经内科连续收治20例病毒性脑膜炎的年

轻患者。“他们大多数以为自己只是小感冒，没怎么重视。”该院神经内科副主任胡珏介绍，病毒性脑膜炎初期症状与普通感冒极相似，都有发热和头痛的症状。不过，脑炎往往更明显、剧烈，持续时间更长，服

用一般的感冒药物不易缓解，而且越来越厉害。

胡珏提醒，市民若感染急性病毒性脑膜炎应卧床休息，体温超过39°的患者应给予温水擦浴或冰袋物理降温，或遵医嘱药物降温。

洞庭湖畔 绿色华康

湖南省华康食品有限责任公司地处洞庭湖畔，湘资两水尾间，素有“楚南首治”“鱼米之乡”的千年历史古县——湘阴，朴实厚重的湘楚文化孕育了华康人诚信、卓越、高效、严谨、创新的经营风格。产品畅销全国28个省（市区）60多个地区，远销香港、韩国。

公司主销产品有芝麻油、食用植物油、花生油、辣椒油、腐乳、辣椒酱、剁辣椒、风味豆豉及贡菜脆椒、香辣鱼仔、茶油风味剁椒、豆豉酱等（互联网+华康B2C电商产品）系列。

公司连年被评为“省级重合同守信用企业”、“省消费者委员会质量信得过单位”、“湖南省名牌产品”、“国家农业部食品博览会金奖”、“湖南省农业产业化龙头企业”、“湖南省私人企业十大行业500强企业”、“湖南省两型示范创建企业”、“银行守信AAA级企业”。产品通过ISO9001-2008国际质量体系认证和绿色食品认证。拥有发明专利1项，实用新型专利6件，科技成果鉴定书2项。2011年“华康”牌商标被国家工商总局评为中国驰名商标。

订货热线：0730-2640088 0731-85713861



扫一扫，浏览华康移动端