

## 【七秩谱华章】

2024年是我院建院70周年。我院三墩院区是“浙江省老年医疗中心”，也是全省老年病治疗康复中心、研究中心和指导中心。随着疾病谱的演变，如今出现了一个全新的疾病变化趋势——老年病年轻化。从前我们认为在老年人身上发病率高的疾病，开始影响到了越来越多的年轻人。聚焦我院12个特色学科，围绕“老年病年轻化”主题，我们将带大家认识老年病是如何影响年轻人的，又该如何做好防护。

# 自驾游坐了8小时，30多岁小伙前列腺炎复发

说到前列腺疾病，老年男性人群中最常见的还是前列腺增生。我院党委书记、泌尿外科主任医师陈军表示，前列腺增生属于退行性改变相关疾病，一般来说，男性在45岁以后，位于尿道周围的前列腺组织内开始出现增生改变，临床症状则多在50岁以后出现，常表现为尿频、尿急、排尿不畅、尿线无力、排尿不尽、尿后滴沥等。

不少人觉得前列腺疾病是老年人的“专利”，事实上并非如此。陈军曾遇过一个患者，去年十一长假，30多岁的刘先生和家人计划了一次自驾游。不料，高速路上严重拥堵，让他在车上足足坐了近8个小时。这期间，他多次想去厕所，但都没有机会。长时间的不适坐姿和憋尿，让刘先生的前列腺炎症状复发，尿频、尿急、会阴部疼痛等症状卷土重来，让他痛苦不堪。

假期结束后，刘先生急匆匆地来到医院就诊。经过检查发现，刘先生的前列腺炎复发，与长时间驾驶、憋尿和坐姿不当密



密切相关。经过药物治疗，刘先生的前列腺炎症状得到了控制，尿频、尿急等症状明显改善，会阴部疼痛也逐渐消失。

陈军表示，久坐导致血管受压，血液流动减缓，前列腺的氧气和营养供应减少，代谢废物排出不畅，这种持续的缺血状态会诱发炎症反应。憋尿会使尿液倒流进入前列腺，尿液中的一些晶体物质（如盐类）就会沉积在前列腺组织上，与腺管内的淀粉

样体、上皮细胞、胆固醇、柠檬酸等包绕形成结石，从而引发前列腺炎。

“对男性来说，前列腺炎就像咽喉炎一样，一生中总会得那么几次，40岁以下的年轻男性更加普遍。”陈军提到，出现尿频、尿急、尿痛明显，若伴随高热情况，一定要引起重视，尽早就医。但一般来说，前列腺炎是一种自愈性疾病，大多数慢性前列腺炎通过生活习惯调整、充分休息对症处理后慢慢缓解。

我院泌尿外科主任郁建迪主任医师说，前列腺炎在20至40岁的男性中尤为高发，这与该年龄段男性性功能旺盛、细菌易侵入、性生活不规律、不良生活习惯等因素有关。前列腺炎往往表现为尿频、尿急、排尿不尽等，有些偶有尿痛症状，还有一些患者会有下腹部的坠胀感、腰酸。“不少男性朋友出现尿频、尿急甚至尿痛的经历，往往以为是普通的尿路感染。要注意甄别，有可能是前列腺炎引起的。”

我院耳鼻咽喉科副主任（主持工作）倪海峰主任医师提到，年轻患者出现耳鸣甚至突发性耳聋的不在少数。除了病毒感染的原因，大多数年轻患者出现突发性耳聋是工作和学习压力大、长期处于焦虑状态、长期熬夜所致。



20多岁的小张（化名）在杭州某知名大学从事科研工作，性格力求完美，每每实验失败她都会熬夜重做。长此以往，她感觉在夜深人静之际，耳朵里出现持续不断的“嗡嗡”声，刚开始她也没当回事，后来发现听力出现了一定程度的下降，直到有一天感觉耳朵突然堵住了，所有声音像被隔绝在外。

小张赶紧在家人陪同下急匆匆赶来我院寻求倪海峰的帮助。倪海峰为其做了耳内镜、纯音电测听等检查，确认她出现了突发性耳聋。“因为她长期熬夜，精神压力又大，身体的免疫力大幅下降，耳内的微血管痉挛缺血导致听觉毛细胞损伤，出现了突聋。”

倪海峰提到，像小张这样的年轻患者出现突聋后不必太过担忧，通过避免过度劳累、多加休息再辅之激素、改善血管微循环、营养神经的药物，能够得到明显改善。

如果出现重度听力损伤、提示血管可能栓塞，听力康复就不太乐观了。部分患者可以通过尽早溶栓治疗得到改善，也有患者可能因病情进展过快难以恢复。

30多岁的李女士（化名）有七八年的鼻炎病史，每到换季她的病症表现就加重。2024年初鼻炎症状一直持续且用药后始终不见好转，甚至还进展到难以入睡的地步。倪海峰通过鼻内镜检查发现鼻咽部肿块占位，活检送病理检查后确认是鼻咽癌，且属中晚期。

回溯病因，李女士此前的EB病毒检测阳性，且滴度大于1:40，已提示她属于鼻咽癌高风险人群。由于她一直以为自己的病症表现是鼻炎，在当地医院也一直按鼻炎治疗，没有做详细检查及时发现病灶。

倪海峰表示，中国每年有超过6万例新诊断的鼻咽癌。鼻咽癌发病原因包括EB病毒感染、遗传因素及环境因素，部分不良生活习惯如大量吸烟、食用腌制食品等也可能诱发该病。

倪海峰尤其擅长过敏性鼻炎、鼻窦炎及各类鼻腔鼻窦肿瘤的诊治。他提醒，鼻咽癌有很多提醒信号：出现回吸性涕中带血、鼻塞间歇性加重、耳鸣、耳朵一侧听力下降、淋巴结不明原因肿大且无痛感，一定要引起重视。

20多岁女子熬夜做实验，导致突发性耳聋！

# 一家查出三个肠癌患者！ 这种病潜伏期长、无症状，一定要引起重视

消化系统的肿瘤在十大肿瘤中占据了半壁江山，这与我国居民的饮食习惯密不可分。除此之外，消化系统疾病还与情绪息息相关。

我院消化内科、内镜中心主任冯玉良主任医师提到一位70多岁的老爷子，因出现便血症状来医院就医，做了肠镜检查，发现结肠癌已进展到中晚期。由于结肠癌具有家族遗传倾向，听闻陪同就医的老爷子女儿偶有贫血症状，冯玉良建议她也做肠镜检查。

40多岁的女儿也被查出结肠肿瘤，且已处于进展期。冯玉良提到，她从没做过肠镜检查，且出现贫血症状已久，刚开始一直以为是子宫肌瘤所致，后来做了手术依旧没有好转，也没有引起重视。

结肠癌早期无症状，病症表现隐匿，等到发现时，很多患者往往已经是中晚期。值得一提的是，这位女患者还有一个弟弟，也



是40来岁，后来也被建议做个肠镜。这一查，查出了1.5厘米大的结肠腺瘤，好在发现及时，通过内镜手术直接切除，如果再过两年发现，很可能就会癌变。

结直肠癌的进展大多会历经10—15年，在过程中通常会经过“腺瘤——不典型增生——癌”的演变，即良性息肉逐渐演变为恶性肿瘤的过程。管状腺瘤本身虽是良

性的，但如果及时发现和处理，可能会随着时间推移发生不典型增生，逐渐恶变为癌症。

此外，冯玉良指出，近年来结直肠癌的发病呈现出年轻化趋势。这一变化与人们饮食结构密不可分，现代人偏爱高油高盐、高热卡食物，同时久坐不动、缺乏锻炼，这些不良生活习惯都增加了结直肠癌的发病风险。

目前我院的消化内科开设有胆胰、阑尾疾病，消化道早期肿瘤，炎症性肠病、小肠疾病，胃肠动力、幽门螺杆菌等亚专科组。以消化内镜微创技术、炎症性肠病的机制及个体化治疗、消化道肿瘤及癌前病变诊断和治疗预防为主攻方向，可在早期切除消化道肿瘤的同时，最大程度保留器官功能。同时开设功能性便秘、胃食管反流病、幽门螺杆菌、炎症性肠病专病门诊，为各类消化道疾病患者提供专精的选择。

# 20岁患胃癌、21岁患肠癌…… 肿瘤患者越年轻，治疗效果反而越差？

我们通常听到肿瘤就将其与癌症画等号，事实上并非如此。我院肿瘤科、放疗科主任吴稚冰主任医师表示，肿瘤主要可以分为三类：肉瘤、白血病及癌症。其中，癌症的比例是最高的。

吴稚冰提到，从临床接诊的患者来看，肿瘤患者并不都是老年人，近年来年轻患者的数量逐渐增加。“前段时间连接到年轻癌症患者：一个20岁的胃癌患者，是个才上大学的学生；还有个21岁的肠癌患者，也是大学还没毕业。”

为何年轻癌症患者增加？吴稚冰说，很多年轻人就是因为觉得自己太年轻，不可能得癌症，早期出现症状时，都没有往这个方向想，从而延误了病情。“那个20岁的胃癌患者直到吐血了才来看，检查后发现胃癌已经转移到肝、肺，治疗效果就很差。”

吴稚冰表示，年轻的癌症患者一般有两个特点，一是极度不自律，仗着年轻肆意挥霍，饮食不节制、吸烟、喝酒加上熬夜。那个胃癌患者上大学后就每天吃外卖、路

边摊，甚至都没有吃过几顿食堂。

还有一个特点，就是患者越年轻，治疗效果反而越差。这是因为年轻人容易忽视、就医容易误诊，年轻患者更易焦虑、不配合治疗，加上代谢较旺盛，肿瘤晚期占比高。这也为年轻朋友们敲响了警钟，一定要爱惜身体，从年轻时就养成良好的生活习惯，饮食有节制，戒烟限酒，保持运动和良好的睡眠。

当然，肿瘤患者还是以65岁以上的老年人为主，这一年龄段占全部肿瘤病人的70%。对医生来说，精准评估癌症患者的治疗方案很重要。

不同个体对放、化疗的承受能力有所差异，因此每个患者的治疗方案也大相径庭。“我们最大的特色就是为患者制订个性化的治疗方案，尤其针对老年患者。”吴稚冰表示，通过制订最符合患者的治疗方案，能够最高效地完成治疗、最大程度地减少副作用。

“目前，我院肿瘤科开展腹腔热灌注



化疗，这种疗法的优势在于低毒、微创、高效，副作用较小，开始治疗后不会出现恶心、呕吐、掉发，尤其适合老年患者以及胃癌、肠癌、卵巢癌等腹腔肿瘤患者。”吴稚冰说，腹腔热灌注化疗虽是近几年较为新兴的疗法，我院每年为270多例患者进行腹腔热灌注化疗，已有丰富经验。我院同时也是浙江省抗癌协会肿瘤物理治疗专业委员会主任委员单位，在热疗等物理肿瘤治疗水平上位列全省前茅。