

胃癌防治做好这三步

健康时报记者 侯佳欣 王宁 张瀚允

专家简介

步召德，北京大学肿瘤医院胃肠肿瘤中心二病区主任；
擅长：胃肠道肿瘤的根治手术、腹腔镜微创手术、早期胃癌功能保留手术、低位直肠保肛等术式；
出诊时间：周二全天



2024年12月17日，北京大学肿瘤医院胃肠肿瘤中心二病区主任步召德在病区为患者术前答疑。受访者供图

行分型检测。免疫治疗是胃癌治疗的重要进展，在很大程度上提高了胃癌的治疗效果。

手术是胃癌治疗的核心，高质量的手术非常重要，这直接关乎患者的预后。在步召德看来，胃肠肿瘤手术质量控制的目标应该达到：清晰、达标、微创、无血、无副损伤。“没有出血就没有并发症”。虽然是胃肠手术，步召德一直要求要达到脑外科的止血效果，这样就可以很大程度上避免术后感染、发烧、瘘等并发症的出现。

近年来，步召德团队与合作者们，还利用单细胞组学方法对胃肠肿瘤的分化、代谢、进化、免疫等重要问题进行深入探索。在癌症免疫领域，首次刻画了髓系细胞图谱，并构建了泛癌种T细胞图谱，从单细胞水平对泛癌种的肿瘤浸润T细胞进行系统分析，揭示了肿瘤浸润性T细胞的异质性和动态性。相关研究成果分别发表于国际权威学术期刊《细胞》(Cell)和《科学》(Science)，被国际医学界予以高度评价，为肿瘤免疫治疗和寻找新的癌症治疗方法作出重要贡献。

早期预防： 胃癌预防从四个方面入手

如何做好胃癌的预防？步召德提醒应从以下四点入手：

首先要积极处理癌前病变，比如胃溃疡、胃息肉要积极治疗。癌前病变本身不是癌，但是有可能会演变成癌。

其次，重视幽门螺杆菌的防

治。幽门螺杆菌(HP)感染是胃癌的重要致病因素之一。及时治疗和分餐处理是预防幽门螺杆菌感染的重要手段。通过控制幽门螺杆菌感染，可以降低胃癌的发病风险。

第三，常规性地进行胃镜检查。

对于普通人来说，建议在50岁进行一次胃镜检查。如果初次检查结果正常，不需要每年重复检查，通常建议每3~5年进行一次复查即可。

对于危险人群，如慢性萎缩性胃炎、胃黏膜不典型增生、胃部手术史、有胃癌家族史者，从45岁开始，应定期进行胃镜检查，以及早发现胃癌或癌前病变。

第四，尽量避免不良的饮食习惯，应减少烈性白酒、烧烤类食物、煎炸食物等致癌风险食品的摄入。减少高盐食物的摄入，避免过多外卖等不健康饮食方式。保持规律的饮食作息习惯，避免暴饮暴食和熬夜等不良生活习惯。

参考资料：

①Bingfeng Han, Rongshou Zheng, Hongmei Zeng, Shaoming Wang, Kexin Sun, Ru Chen, Li Li, Wenqiang Wei, Jie He, Cancer incidence and mortality in China, 2022, Journal of the National Cancer Center, 2024.



扫码观看
直播回放

投诉留言



何时可以 开通线上医保购药？

多地已开通，将根据试点情况
做好医保线上购药扩围

“为方便患者购药，希望能开通线上医保购药服务。”河南省焦作市张先生向人民日报健康客户端留言板反馈。

健康时报记者了解到，在上海、北京、浙江、辽宁、安徽、四川等省市已经开通了线上医保购药服务。居民在京东、美团平台线上购药时，只要看到药品旁边有‘医保个账’的蓝色标识，即可使用医保个人账户余额直接支付，家庭共济成员在平台购药流程与本人购药体验一致，非常方便。

1月7日，健康时报记者致电河南省医保局了解到，目前河南省按照试点先行的要求，郑州市已有部分定点药店，开通医保线上购药服务。焦作市还未实现线上买药医保报销支付的服务。河南省将根据试点情况做好医保线上购药扩围工作。

据2024年12月26日国家医保局新闻发布会消息，2023年11月以来，国家医保局指导支付宝、饿了么、美团、京东等平台在北京、上海、广东等地有序推进线上医保购药试点，支付宝平台数据显示，截至目前，该服务已覆盖43个城市。

健康时报记者 王振雅



北京第一、二代 社保卡即将停用？

原社保卡
不设停用时间，功能不受影响

“听说北京第一、二代社保卡即将停用，如果不换第三代卡就无法刷医保结算了。这个是真的吗？”北京市朝阳区的张女士在人民日报健康客户端看病用药投诉留言板上留言。

据北京市人力资源和社会保障局微信公众号内容介绍，自2026年1月1日起，进入常态化换发阶段，届时，虽然停止发放第一、二代社保卡，但旧卡不设停用时间，原社保卡功能不受影响，也并不影响使用。健康时报记者查询《北京市人民政府办公厅关于印发〈北京市社会保障卡管理办法〉的通知》(京政办发〔2022〕15号)，北京市已于2024年10月30日启动第三代社会保障卡全面换发工作。在集中换发的五个时间段内(从2024年10月30日到2025年12月31日)，分别组织参保在职职工、个人参保人员、离退休人员三类人群开展集中换发。对于换发渠道和办理方式，目前在集中换发阶段，仅开放线上服务渠道：登录北京市人力资源和社会保障局的官方网站，点击“我要办社保卡”；还可通过北京人社微信公众号、京通小程序，及北京民生一卡通的微信小程序，进行申领。

健康时报记者 张爽

媒体平台



人民日报健康客户端：
权威医生在身边



健康时报微信：
因专业而信赖



人民名医直播：
我与名医零距离



人民探访：
直击医药健康最前沿



@健康时报微博：
随时随地不随想



视频大夫说：
权威专家
说尽健康事儿



快手：
健康时报原创短视频



抖音：
健康时报原创短视频



第六届国之名医盛典：
创新驱动 数智赋能 协同发展



第六届国之名医盛典：
推举医者榜样
引领尊医舆论

线索征集

健康维权，责无旁贷：在您的健康生活中，有没有遇到过——烦恼事、困惑事、愤怒事，请下载人民日报健康客户端，下滑至“看病用药投诉留言板”留言。也可拨打健康时报电话(010-65363351、13001005428)或发送邮件至jksb8@jksb.com.cn提供调查线索。线索一经采用，有现金或精美礼品赠送。

版权说明

未经本社书面授权或同意，任何单位和个人，不得以任何形式转载、转贴、深度链接或以其他方式使用本社全媒体上如纸媒、网站、微信、微博及其他介质上的作品。凡在人民日报健康客户端、健康时报官方任一载体上刊发、上线的所有作者的各类文图视听产品，视为认可本社规则，即本社有权在包括但不限于本社其他载体上，如纸媒、网站、微信、客户端、微博以及结集出书、在包括但不限于如今日头条、喜马拉雅等其他社会平台上开设的官方微博等其他形式的使用。本社支付的稿酬中包含了上述各类载体的所有报酬。