

健康

周刊

癌症作为最难治愈的疾病之一，夺取了不少人的生命，令很多人谈“癌”色变。然而在五通桥区冠英镇有这样一位六旬老人，她19岁确诊鼻咽癌，在最美的年华里面对突如其来的病魔，她不言放弃，积极接受治疗，坚强走过46个年头，如今65岁的她依旧对生活充满热爱。

日前，在乐山市市中区肿瘤医院，记者见到了在老伴陪同下前来复诊的患者毛华(化名)。

好心态+遵医嘱 六旬老人 书写抗癌奇迹



医生正在给患者做检查

19岁确诊鼻咽癌 忘却疼痛 不把自己当病人

身着干净而朴素的衣服，在市中区肿瘤医院内科诊断室外，毛华和老伴杨元(化名)正在等待问诊。若不是听力、表达能力明显弱于同龄段的老伴，很难想象毛华是经历过放化疗，患癌46年的癌症病人。

“我老伴先后做过放疗和多个周期的化疗，因为疾病和治疗她的听力和视力以及牙齿等功能都衰退比较快，说话和听声音比较吃力。”杨元告诉记者。

“1975年，那时候她才19岁，有天突然流鼻血，止都止不住，最后没办法，被送到了专区医院(现为市人民医院)治疗，检查出鼻部有肿块，最终在四川大学华西医院确诊为鼻咽癌早期。”结为夫妻38年，杨元对毛华的治疗经历和身体状况了如指掌。

1975年确诊鼻咽癌后，毛华在四川大学华西医院接受了放射治疗；2014年下半年，毛华鼻子再次大出血，在市中区肿瘤医院确诊为鼻咽癌局部复发，接受了化疗治疗；2020年，毛华因意识不清被诊断为局部肿瘤压迫所致的脑水肿，又一次经过积极治疗后，与死神擦肩而过。

一次次情况危急，一次次死里逃生，让毛华更加坚强，也更加珍爱生命。

“我从来不去想自己得了癌症。”听到老伴讲述自己的故事，毛华慢慢吞吞地挤出了这句话。“是的，她的心态很好，我的心态也很好，我们从来不会乱想。”杨元告诉记者，每次化疗、治疗之后的恢复期很漫长，她经常食欲下降，牙齿、听力逐渐退化。但是她一直会坚持按照医嘱服药，保持良好的生活状态，积极进行身体锻炼。“年轻的时候还照常做家务，家务活。”

46年抗癌路 相信医生 保持乐观心态

“把嘴巴张开，对，张开一点……”“医生说，把嘴巴张开。”在市中区肿瘤医院内科诊断室二，毛华的主治医生罗春容刻意提高了声贝，为她检查口腔、颈部等，一旁的老伴杨元还在其耳边传声。

“毛大娘保持得很好，没啥大问题的，继续保持清淡饮食，坚持锻炼哦。有情况要及时给我打电话，杨大叔。”罗春容为市中区肿瘤医院综合内科主任，从医20余年，她也是第一次遇见抗癌46年的病人。

“这真的是个奇迹。毛大娘化疗了两次，头发长得很好，还留起了长发，白发还没她老伴多，这都离不开正确的治疗、自身乐观的心态和老伴悉心的照顾。”罗春容告诉记者，“2014年毛大娘接受了全身化疗4次后，情况得以稳定，之后每一年她都会跟杨大叔保持联系，了解毛大娘的身体情况，必要的时候还登门随访。”

“正确、及时的治疗只是第一步，他们老两口的乐观心态、健康生活方式也起到很大的作用，我经常把他们的案例讲给我其他癌症患者听。”罗春容说。

据了解，自从确诊癌症后，毛华的一日三餐以水煮为主，仅加一点盐，从不吃腌制食品、腥辣食品。每天早上五六点起床，晚上九点睡觉；早晨在家附近竹林散步；早晚清洗鼻腔；在家看看电视、报纸，锻炼身体，整理家务；坚持每天午睡等等，这样的生活习惯，毛华一坚持就是46年。

“能坚持到今天，我们都觉得很幸运，罗主任很关心病情。我们没有子女，政府把我们纳入了建档立卡贫困户和五保户，每个月能领生活费，在当地治疗医疗费用能报销90%。”杨元告诉记者。

相关链接>>>

癌症患者如何正确抗癌

市中区肿瘤医院综合内科主任罗春容表示，癌症并不可怕，很多人不是被癌症夺取了生命，而是被癌症吓得放弃了生的希望。对于癌症，要在战略上藐视它，在战术上重视它，树立抗癌的必胜信心，正确地对待病痛，不要轻易被癌症吓倒。

罗春容认为，得了癌症要及时到正规医院检查，配合医生进行综合治疗，不要迷信江湖医生的“小广告”，以免耽误病情。如果能手术则要尽早手术，出院后要定期复查，随时掌握自己的病情，并坚持5年以上辅助治疗。

忌口很重要，如戒烟限酒，不食腌制、熏烤、油炸、霉变、高盐食品。在饮食上加强营养，注意粗细粮搭配，多吃蔬菜、水果等。坚持科学的饮食习惯，少食多餐。

此外，还要坚持适量运动，平时可以打打太极拳，做做健身操，进行一些轻微劳动。拥有乐观豁达的态度是抗癌成功的重要因素，在生活中不管遇到什么事都要乐观豁达，保持心情舒畅，快乐抗癌才会得到比较理想的效果。

记者 宋宇凡 文/图

07
中医康养
王茂源：
做一个有温度的医者

08
健康综合
致敬白衣天使
护士节快乐



空腹饮酒昏睡不醒 原来是血糖低了

5月11日 星期二 市中医医院

“血糖太低，赶紧给他注射高浓度葡萄糖！”5月11日12时10分左右，乐山市中医医院接到出诊电话，一位病人出现疑似酒精中毒症状，该院急诊科医务人员迅速赶到病人所在小区对其进行救治。

病人许先生的妻子告知接诊医生，许先生患有糖尿病。10日晚上，他和朋友出去喝酒喝到很晚才回家，然后一直昏睡到次日中午。她进屋叫他起床吃午饭，却发现怎么都叫不醒，慌忙之下赶紧打了120寻求帮助。

记者在现场看到，许先生坐在房地板上，额头冒汗，尚处于意识模糊状态，并且不时发出喊叫声。接诊护士为他测量了血糖数值，经过初

步诊断，确定许先生并非酒精中毒，而是低血糖症状。“一般在空腹的情况下，正常人的血糖值应该在2.8到6.0毫摩尔每升之间，但他的血糖值只有1点几，很明显是低血糖的表现，需要立刻补充糖分。”市中医医院急诊科接诊医生魏来告诉病人家属。

随后，医务人员为许先生注射了两管高浓度葡萄糖注射液，并嘱咐病人家属冲了两碗糖水给许先生喂下。通过一系列急救措施，许先生意识逐渐清醒，也有力气坐起来了。

“糖尿病人日常饮食需要少糖、戒糖，但其实低血糖也是糖尿病人经常会发生的状况。这位病人可能是当晚空腹饮酒，再加上没有吃早饭，

体内血糖消耗过多，血浆中葡萄糖水平下降到低于正常水平而引起的。”魏来向记者解释。他告诉记者，低血糖一般表现为头晕、心悸、全身无力、嗜睡甚至昏迷等症状，发病时立刻补充糖分即可缓解。

魏来提醒大家，糖尿病患者日常服用降糖药物，尤其要注意规律饮食，不能吃高糖食品。同时，为了防止在调整血糖的过程中出现低血糖症状，外出时可以少量准备糖果、饼干一类食品随时补充糖分。糖尿病患者家中也可以准备一个血糖检测仪，随时监测患者的血糖值，以防意外发生。

见习记者 王倩