

---

2023年“相约健康”

---

# 胃癌的预防与治疗

无锡市人民医院胃肠外科

田志强



---

(1) 胃癌是全世界发病率和病死率最高的恶性肿瘤之一。

(2) 我国也属胃癌高发的国家，病死率占各种恶性肿瘤之首。

(3) 本病任何年龄均可发生，但好发于中年男性，40~60岁年龄组约占全部病例的三分之二，男女之比2~3：1

医生医生，我胃不舒服，哎呀，是不是得胃癌了！？但是我不想做胃镜，胃镜好可怕！我该怎么办呀？



## 不同城市女性——前10位癌症



中山内镜

变蛋吧!!  
肿瘤君!!!



熊顿 作品

胃癌的病因复杂，尚未完全阐明。胃癌的发生与饮食因素、感染因素、遗传因素、基因改变、癌前期病变等有关。

### 饮食因素

胃癌的发病与饮食相关，如**长期食用盐腌、烟熏、油煎和霉变食品**者发病率高。这些食品中亚硝酸盐、多环碳氢化合物、**3, 4-苯并芘**、霉变食品中的真菌毒素等均认为有致癌作用。多食含维生素、叶酸高的食物则可起到防癌作用。

### 感染因素

#### (1) 幽门螺杆菌感染 (Hp) :

是引起胃癌最主要的病因，被WHO列为第一类致癌物，幽门螺杆菌感染与胃癌之间存在量效关系，Hp感染年龄越早，持续阳性时间越长，胃癌发病率越高。由于Hp能产出多种酶类及代谢产物，分泌毒素，引起炎症反应，以致胃黏膜细胞变性坏死，肠化生，胃黏膜上皮凋亡和增殖失衡，导致癌变。

#### (2) EB 病毒感染:

在胃癌的癌旁组织中，约10%可检测出EB病毒。这组病人幽门螺杆菌感染率较低。

## 遗传因素

胃癌有家族集聚倾向，可能和某些遗传因素有关。



### 早期胃癌症状

(1) 早期胃癌症状不典型，可仅有上腹部不适、不典型的上腹部疼痛、食欲减退、饱胀、暖气等，所以定期行消化道钡餐检查及胃镜检查尤为重要。

(2) 特别是对于一些高危人群，如慢性萎缩性胃炎、腺瘤性息肉的患者，更要注重检查。而一些短期内体重下降、持续性上腹痛、呕血、黑便等的患者，必须尽快去医院就诊。

### 进展期胃癌症状

(1) 既往无胃病史。但近期出现原因不明的上腹不适或疼痛；或既往有胃溃疡病史，近期上腹痛频率增多，程度加重。

(2) 上腹部饱胀感常为老年人进展期胃癌最早期症状，有时伴有暖气、反酸、呕吐等不适。若癌灶位于贲门，可感到进食不通畅；若癌灶位于幽门，出现梗阻时，患者可呕吐出腐败的隔夜食物。

(3) 不明原因出现的食欲减退，消瘦，乏力，有患者因消瘦而就医。

(4) 不明原因出现的消化道出血，如呕血、黑便或大便潜血阳性。

### 终末期胃癌死亡前症状

- (1) 常明显消瘦、贫血、乏力、食欲不振、精神萎靡等恶病质症状。
- (2) 多有明显上腹持续疼痛：癌灶溃疡、侵犯神经或骨膜引起疼痛。
- (3) 可能大量呕血、黑便等，胃穿孔、胃梗阻致恶心呕吐或吞咽困难或上腹饱胀加剧。
- (4) 腹部包块或左锁骨上可触及较多较大的质硬不活动的融合成块的转移淋巴结。
- (5) 有癌细胞转移的淋巴结增大融合压迫大血管致肢体水肿、心包积液；胸腹腔转移致胸腹水，难以消除的过多腹水致腹膨胀。
- (6) 因广泛转移累及多脏器，正常组织受压丧失功能，大量癌细胞生长抢夺营养资源，使正常组织器官难以逆转的恶性营养不良，最终导致多脏器功能衰竭而死亡。

## 大众对胃癌的认知与误区

---

(1) 西北、华北、东南沿海一些地方，患胃癌的人居多，主要原因是日常饮食偏高盐食品，这也是患上胃癌的一大诱因。

(2) 大多数人并不会主动关心自己的健康，出现反复上腹不适，不典型的上腹部疼痛、食欲减退、饱胀、暖气等症状时，通常不愿意主动就医，误认为是普通胃病，自己胡乱吃些胃药，症状也基本都能缓解，因此耽误了就诊最佳时机。

(3) 直到疼痛难忍，才会去做胃镜，这时发现的胃癌基本都是晚期，这也就是我国胃癌早期发现率低的原因之一。

(1) 现阶段全国超过一半的人群都感染过幽门螺旋杆菌，但最终发展为胃癌的却很少。所以目前来说，幽门螺旋杆菌感染与胃癌有相关性，但不是决定性的因素。

(2) 胃癌的发生和发展是由多种因素共同决定的，包括遗传因素、感染因素、环境因素等，仅仅有幽门螺杆菌感染还不足以引起胃癌，需要多种因素共同参与。

## 容易患胃癌的高危人群

---

- (1) 年龄在40岁以上，以前有慢性胃病史，近期出现消化不良。
- (2) 家族中有胃癌或其他消化道癌的患者。
- (3) 以前有胃病史，特别是慢性胃溃疡、胃息肉、萎缩性胃炎、胃切除术等5年以上。
- (4) 有幽门螺杆菌感染。
- (5) 有原因不明的呕血、呕吐咖啡色物或柏油样便，并且有体重下降。
- (6) 原来有反酸、胃灼热等症状，现在症状突然消失。
- (7) 出生在胃癌高发区，或曾在高发区长期生活过。
- (8) 本人患过其他恶性肿瘤。
- (9) 喜欢过咸的食物，包括腌制品和熏制食品，长期酗酒和吸烟，进食新鲜蔬菜较少的人。
- (10) 精神受刺激和抑郁的人。

## 这些不良生活方式会增加胃癌的发病风险

---

- (1) 高盐饮食（包括腌制食品摄入）
- (2) 饮食不规律
- (3) 经常聚餐，导致幽门螺杆菌感染
- (4) 乱吃药，尤其是解热镇痛抗炎药
- (5) 经常吃隔夜菜

## 如何有效预防胃癌的发生？

---

- (1) 控制每餐食盐摄入量，建议每天食盐摄入 $\leq 6\text{g}$ 。
- (2) 分餐制，使用公筷，减少HP感染，真有HP感染，要抗幽门螺杆菌感染。
- (3) 饮食规律，均衡饮食，经常摄入新鲜蔬菜、水果，不吃隔夜菜
- (4) 定期做体检，40岁以上的人，即使没有高危因素，也建议每3年查一次胃镜。

## 为什么我们不能及时发现早期胃癌？

---

调查发现，耽误我们发现早期胃癌的主要原因，可能与大家害怕做胃镜相关。

高危人群胃镜筛查，是发现早期胃癌最有效的方法。

## 哪些人需要做胃癌筛查？

---

年龄 $\geq 40$ 岁，符合下列任一条者为胃癌高危人群，需要进行胃癌筛查：

- (1) 胃癌高发地区人群；
- (2) 幽门螺杆菌感染者；
- (3) 既往患有慢性萎缩性胃炎、胃溃疡、胃息肉、手术后残胃、肥厚性胃炎、恶性贫血等胃癌前疾病；
- (4) 胃癌患者一级亲属；
- (5) 存在胃癌其他高危因素（高盐、腌制饮食、吸烟、重度饮酒）

## 如何进行早期胃癌筛查？

---

胃癌筛查的主要方式有两种，即血清学检查和胃镜检查，最终确诊需要病理结果证实。参考国内外筛查方式，结合国内最新研究，中国早期胃癌筛查专家共识意见（2017，上海）推荐胃癌筛查流程如下：

（1）每年常规做1次血清学检查（如血清PG、G17、Hp抗体检查），通过新型胃癌筛查评分系统进行评分（见下表），评估筛查者是胃癌高危、中危或低危人群。

# 如何进行早期胃癌筛查?

## 新型胃癌筛查评分系统

变量名称	分类	分值
年龄(岁)	40~49	0
	50~59	5
	60~69	6
	>69	10
性别	女性	0
	男性	4
HP 抗体	无	0
	有	1
PGR	$\geq 3.89$	0
	$< 3.89$	3
G-17(pmol/L)	$< 1.50$	0
	1.50~5.70	3
	$> 5.70$	5

注:HP 代表幽门螺杆菌;PGR:血清胃蛋白酶原(PG) I 与 PG II 比值;G-17:胃泌素-17

### (2) 不同风险人群，推荐不同筛查的方式

高危人群（17-23分），胃癌发生风险极高，强烈推荐每年进行1次胃镜精查。

中危人群（12-16分），有一定的胃癌发生风险，推荐每两年进行1次胃镜精查。

低危人群（0-11分），胃癌发生风险一般，建议每3年普通胃镜检查，必要时做电子胃镜精查，定期随访。

## 胃癌血清学检查有哪些项目？

---

### (1) 血清胃蛋白酶原（PG）

PG反应胃体胃粘膜的外分泌功能，被称为“血清学活检”。PGI浓度 $\leq 70$ 微克/升且PGR $\leq 3.0$ 是无症状人群胃癌筛查的界限值。

### (2) 血清胃泌素17（G-17）

血清G-17水平升高，可能提示存在胃癌发生风险。

### (3) 血清HP感染检测

HP是人类胃癌的I类致癌原。HP感染检测可以通过血清HP抗体检测或尿素呼气试验（C13、C14呼气试验）进行。

### (4) 血清肿瘤标志物检测

目前肿瘤标志物对于早期胃癌的筛查价值有限，不推荐用来筛查胃癌。

### (1) 胶囊内镜

目前主要推荐磁控胶囊胃镜。优点：无痛苦，便捷，诊断准确率高；缺点：费用高昂，不适合大面积检查。

### (2) 普通电子胃镜

普通电子胃镜适用于发现进展期胃癌，对早期胃癌检出率较低。

### (3) 胃镜精查

又称高清胃镜精查，适合发现早期胃癌，提高早期胃癌的检出率。价格较普通电子胃镜昂贵，检查时间相对较长。

## 怎么预防胃癌？

---

### (1) 保持良好的生活和饮食习惯

良好的生活和饮食习惯对胃癌的预防很重要。规律饮食，避免暴饮暴食，避免大量进食辛辣刺激的食物，少吃烟熏、腌制食物，避免长期大量饮酒、吸烟，避免喝浓茶、浓咖啡，多食用新鲜蔬菜、水果。

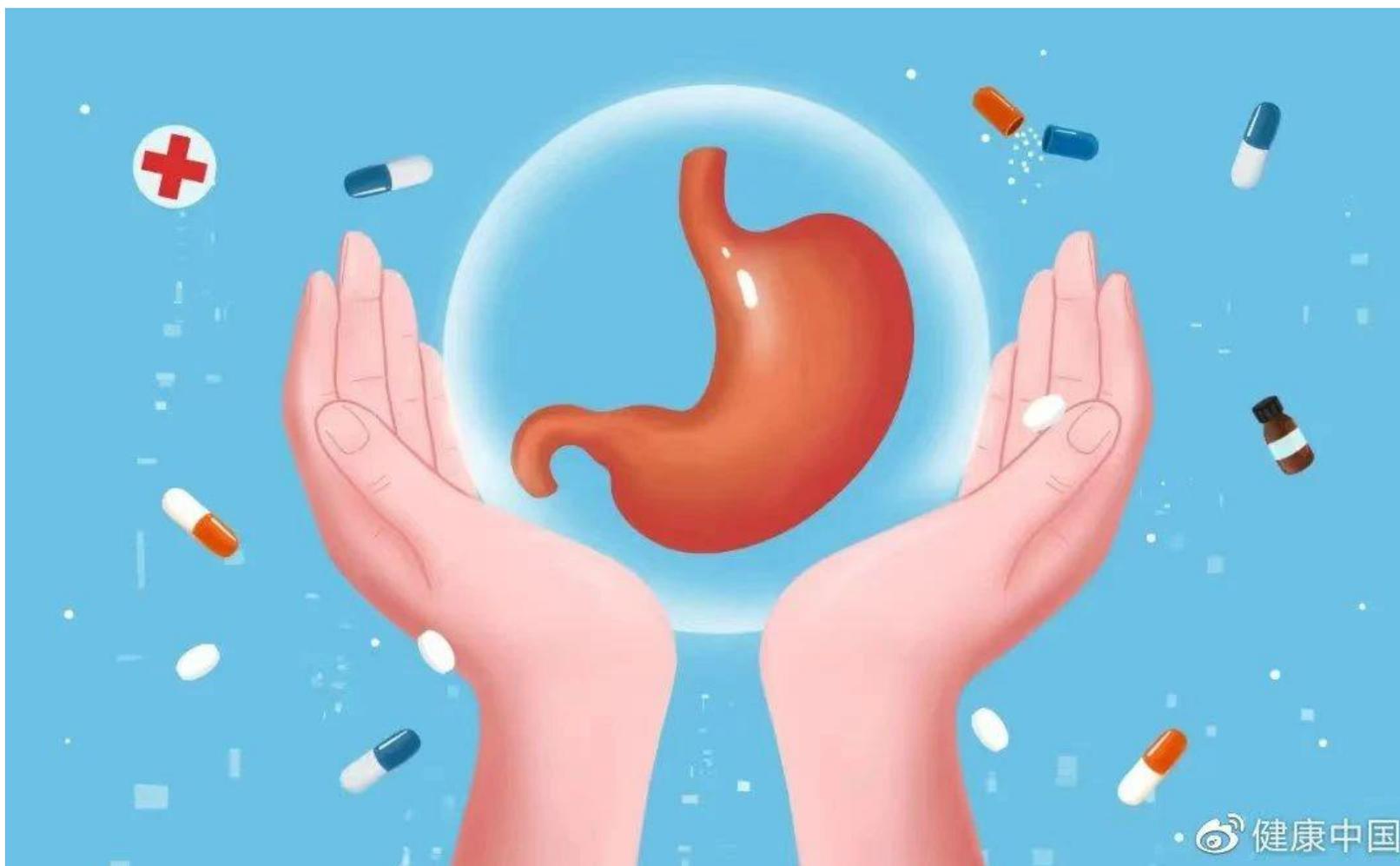
### (2) 保持身心健康，积极乐观，生活规律

### (3) 提倡使用公筷和分餐制

使用公筷或分餐制，可减少感染幽门螺杆菌的机会。定期检查幽门螺杆菌，如果已经感染幽门螺杆菌，需要积极根除治疗。

### (4) 定期体检

定期体检非常重要。40岁以上人群需要定期对胃癌风险进行评估，选择合适的筛查方式，尽早发现胃癌风险或早期胃癌。早期进行干预和治疗可以明显降低胃癌发生率，提高胃癌生存率。



健康中国

 **无锡市人民医院**  
南京医科大学附属无锡人民医院

—— 谢 谢 ——