

查出癌细胞转移却找不到病根？ 这项检查帮肿瘤患者少走弯路

□通讯员 陈文薇

临床上常有癌细胞转移却查不出原发病灶的疑难病例，而PET/CT往往能打破诊疗僵局，精准锁定病因。60多岁的庄阿婆受益于这项精准检查。她此前因腰背痛被外院诊断为肺癌骨转移，但经过舟山医院PET/CT“侦查”，元凶竟是隐匿性宫颈癌，为后续精准治疗争取了关键时机。

回溯整个诊疗过程，庄阿婆最初只是抱孩子后出现腰背痛，在当地医院检查后，却意外查出胸椎骨折，进一步影像检查提示疑似肿瘤骨转移，同时肺部检出一枚磨玻璃结节，初步诊断为肺癌骨转移。

这一结果让庄阿婆忧心不已，为明确病根、精准治疗，她到舟山医院接受了PET/CT全身显像检查。这项影像检查精准捕捉到细胞代谢差异，清晰显示患者肺部结节只是轻微早期病变，代谢活性极低，完全不足以引发骨转移，真正的病灶竟隐匿在宫颈处，并已诱发盆腔、淋巴结及胸椎骨转移。因无阴道出血、分泌物异常等典型症状，常规CT、核磁检查难以识别，极易造成漏诊、误诊。

最终依托PET/CT的精准筛查，临床立刻调整诊疗方向，通过妇科针对性活检完成最终确诊。为患者抢下了宝贵的治疗窗口。

不少市民对PET/CT认知模糊，分不清它与普通影像检查的区别，也疑惑其是否属于过度检查。对此，舟山医院核医学科副主任医师沈小东作出专业解读：普通CT、核磁共振仅能观察

人体器官、组织的形态结构，识别器质性异常，却无法判断细胞活性；而PET/CT是高端分子影像检查，融合了精准解剖结构成像与细胞代谢功能成像，可精准捕捉全身异常活性病变，发现常规检查无法识别的微小、隐匿病灶，是疑难病症排查的核心利器。

除了术前排查病灶、明确病因，PET/CT在肿瘤治疗阶段同样发挥关键作用。它可精准勾勒肿瘤生物活性边界，清晰区分病灶与正常组织，帮助医生精准划定放疗靶区。既能保障肿瘤病灶得到足量治疗，又能最大程度保护周边正常器官，降低放疗副作用，真正实现个体化精准放疗。

医生特别提醒，PET/CT并非人人适用的万能体检项目，无须盲目跟风检查。该检查更适配肿瘤高危人群、肿瘤标志物异常升高者，以及确诊肿瘤后需进行分期评估、疗效复查的患者，需由医生结合个人病史、身体状况综合评估后按需开展。同时，糖尿病、肾功能不全等特殊患者检查前需提前告知病史，遵医嘱做好血糖管控、术后补水代谢等准备工作，保障检查安全精准。

据了解，PET/CT的临床应用早已突破单一肿瘤诊疗领域。在神经系统中，可提前筛查阿尔茨海默病、定位隐匿癫痫病灶；在心血管领域，能精准判断心梗后心肌存活状态、筛查隐匿性血管炎症，同时可排查不明原因发热、隐匿性感染脓肿等各类疑难杂症，临床应用场景广泛。

温馨提示：PET/CT不是万能体检神器，却是疑难病灶排查、肿瘤精准诊疗的重要“健康导航”。科学按需检查，才能最大化发挥其诊疗价值。

熬夜后这样补觉反而伤身？ 神经内科医生：这么做及时止损



AI制图

前阵子，微博热搜上#熬夜之后要如何正确恢复身体#话题引发大量讨论。评论区里，有人晒出自己凌晨入睡的手环截图，有人说：“熬都熬了，明天补一觉就行。”但事实真的如此简单吗？浙江省中山医院神经内科主任张淑青的回答，可能颠覆很多人的认知。

“补觉能解决的只是困，但补不回大脑的损伤。”张淑青说，很多人把熬夜后的困倦等同于“缺觉”，但从临床角度看，睡眠剥夺带来的影响更复杂。

睡眠不足会激活大脑中的小胶质细胞。这些细胞被唤醒后，会释放较多促炎因子，使大脑进入一种低度炎症状态。多项研究显示，这种慢性神经炎症与记忆力下降、注意力不集中存在相关性。一项覆盖2.5万人的脑影像研究发现，长期睡眠质量不佳的人群，其大脑MRI显示的生物学年龄比实际年龄平均偏大1至3年。

其次，免疫系统同样会受到影响。有研究显示，单次通宵熬夜后，体内免疫细胞的分化轨迹会发生改变，全身性炎症指标有所上升。对长期熬夜的职场人群进行的脑电监测显示，其α波频率较正常作息者平均下降约22%，而这一特征在早期认知功能减退人群中也有类似表现。

张淑青表示，这些数据不是为了制造焦虑，而是提醒：每一次被迫熬夜，都需要有意识地进行后

续修复。

张淑青表示，熬夜后的修复可分为三个时段。第一阶段（熬夜结束后6小时内）：不要立刻长时间补觉，建议先做5分钟“4—7—8呼吸法”以平复神经，随后进行15~20分钟的短时睡眠，既恢复警觉度又不干扰当晚节律。

第二阶段（次日6~24小时）：补觉讲究“时机”，最佳在上午11时至下午1时小睡30分钟，若熬夜2小时左右则补1小时即可。饮食上，早餐宜温牛奶配小米粥，午餐增加深海鱼和深色蔬菜、减少精制碳水，晚餐提前至睡前3~4小时结束，全天少量多次饮水。

第三阶段（熬夜次日后）：白天避免卧床过久，下午可安排30分钟轻中度运动（快走、瑜伽等），有助于调整生物钟。长期倒班者应优化白天睡眠环境——使用遮光窗帘、眼罩，配合白噪声，室温保持18~20℃，这样6小时睡眠的质量可接近夜间8小时。

张淑青提醒，在熬夜后，很多人会选择长时间补觉、依赖咖啡、浓茶提神或者摄入高糖高油食物，其实，这些修复方法只能在一定程度上降低熬夜带来的负面影响，不能完全抵消睡眠剥夺对身体的损伤。规律、充足的睡眠仍然是维护大脑和身体功能的基础。对于因工作或生活不得不熬夜的人，建议在条件允许的情况下，尽快恢复固定的作息時間。

据潮新闻

被狗咬了 该怎么正确处理

□通讯员 朱晓洁 戴亚欣

市民李阿姨在小区散步时不慎被狗咬了一口，皮肤出现破损，遇到这类情况该如何处置？正确流程为先规范冲洗伤口，再尽快前往就近犬伤门诊就诊。

关于狂犬病，这些知识要了解。狂犬病是由狂犬病毒引起的急性传染病，主要经由携带狂犬病毒的犬、猫、蝙蝠等动物咬伤或抓伤传播。一旦发病，病死率接近100%，尚无有效治疗办法，因此狂犬病的预防和暴露后及时处置至关重要。

狂犬病暴露分为三种情况，分级不同处置方式也各不相同：

I级（最轻）：只是碰了碰犬或猫，或者完好无损的皮肤被舔了一下。

处置 把被舔的地方清洗干净，不用专门去犬伤门诊处理。

II级（需警惕）：皮肤被轻轻咬到，或者有抓伤、擦伤，无明显

出血。

一定要做到：正确清洗伤口，并尽快去附近的犬伤门诊接种狂犬病疫苗。

处置 严重免疫功能低下、伤口在头脸上，或无法确认咬你的动物健康状况，那就得按更严重的“III级”来处理。

III级（最严重）：被咬得比较深、见到血了，或者伤口被动物舔过，又或者动物唾液沾到你的伤口或眼睛、嘴巴等黏膜部位，或者直接接触了蝙蝠。

处置 立即冲洗伤口，尽快去犬伤门诊处理创面、接种狂犬病免疫球蛋白及狂犬疫苗，并根据伤口情况和伤者免疫史，由医生综合评估后注射破伤风免疫制剂。

狂犬疫苗务必按时全程接种，不可中途中断。

安全无小事，遭遇猫狗抓咬切勿麻痹大意，及时处置才能保障安全。

浙江打造中药代煎 服务精准监管模式

近日，浙江省卫健委、省医保局、省药监局联合印发通知，规范全省中药饮片代煎服务管理。

通知提出运用数字技术打造智慧管理模式，依托“浙江中药服务在线”平台实现委托备案、线上监管、投诉举报等功能，搭建电子化追溯系统归集处方、煎制、配送等信息生成追溯码，同时鼓励运

用AI、物联网等技术，对煎药关键参数智能监控预警，赋能处方审核与质量评估。

文件要求中医类医院原则上开设煎药室并提供急煎服务。医疗机构牵头制定全流程技术标准，落实饮片采购、煎制、配送各环节质量管控，完善质量跟踪监控体系。

据中国中医药报