



# 健康

第六四七期

普及健康知识  
树立健康理念

青岛市卫生健康委员会、青岛日报联办

责编 王世锋 王 瑜 美编 金 琳 审读 王忠良 排版 林 艳



全国肿瘤防治宣传周,市中心(肿瘤)医院专家答疑:

## 个性化定制,放疗治疗可精准“杀敌”

□青岛日报/观海新闻记者 郭菁荔

“放疗射线副作用大,身体受不了吧?”“放疗过程中,会不会把好的器官都损伤了?”放疗作为治疗肿瘤的一种有效手段,已经有一百多年的历史。但由于不了解,不少肿瘤患者及家属对放疗的安全性表示担忧。在第29次全国肿瘤防治宣传周到来之际,青岛市中心(肿瘤)医院党委委员、肿瘤放疗中心兼肿瘤放射治疗三科主任鞠芳针对一些热点问题作出解答,带大家走出放疗的认识误区。

### 70%肿瘤患者需要接受放疗

2023年4月15日至21日是第29次全国肿瘤防治宣传周,今年宣传周的主题是“癌症防治·全面行动——全人群·全周期·全社会”,旨在积极倡导每个人做自己健康的第一责任人,正确认识癌症、积极防控癌症。手术、放疗、药物治疗(化疗、靶向、免疫治疗),被称为癌症治疗的三驾马车。其中,放疗就像一把“隐形的手术刀”,通过一种特殊的设备释放出射线,集中到病灶部位杀伤肿瘤。据了解,约70%的肿瘤患者在治疗的不同阶段需要接受放疗。

放疗可以保留器官及功能,且杀敌精准,不伤及无辜。放疗可以单独应用,也可以和化疗、手术联合应用。鞠芳介绍,临床治疗上,针对不同的肿瘤类型、分期和病人的身体状况选择综合治疗模式,科学、规范化治疗,才能达到最佳效果。“以放疗在非小细胞肺癌中的应用为例,不能手术的早期肺癌患者首选立体定向放疗,比如心肺功能差的、受麻醉影响不能手术的、合并多种慢性病的、患者年龄大担心手术风险的,这些早期肺癌患者大部分可以通过立体定向放疗来达到治愈目标。日本是高龄社会,有许多由于年龄和基础病等原因无法手术的老龄肺癌早期患者接受放疗后的5年生存率超过70%,这和手术效果几乎无异。对于局部晚期不能手术的肺癌患者,放疗也是主要的治疗手段,可以采用放疗化疗加免疫治疗。有一些病人是肺癌四期,局部有淋巴结转移,脑或肾上腺上有单发转移,也可以对肺部原发灶、局部淋巴结转移灶和远处转移灶做放疗,效果不错。此外,对于转移相对广泛的肺癌患者,放疗可以提供姑息疗法,缓解患者症状,提高生活质量。”

市中心(肿瘤)医院拥有我省唯一一台速锋刀(EDGE),这是目前放疗领域最精准、最先进和最安全的加速器。它拥有亚毫米级的精度,可以在较短的时间内对病灶进行高剂量照射狙击,精准杀灭癌细胞,并最大程度保护周围正常组织。医院充分利用设备优势,将其广泛运用于颅脑良恶性肿瘤、脑转移瘤,孤立性肺癌、肺寡转移瘤、原发性肝癌和肝脏寡转移瘤、椎体肿瘤和转移瘤,及其他肿瘤寡转移灶、前列腺癌、直肠癌等肿瘤的临床治疗。

### 不良反应可防可控

近期,市中心(肿瘤)医院将引进螺旋断层放射治疗系统(TOMO),它和速锋刀相比有何不同?鞠芳说:“速锋刀和其他一般加速器不能照射40cm以上的病灶,TOMO治疗范围为135cm×40cm,对于大面积、不规则的多发病灶,它具有明显的优势。”

“不是每个恶性肿瘤患者的放疗剂量都一样,在这个过程中需要根据患者的身体状况、肿瘤的部位和大小、肿瘤的性质等制定个性化的

放疗计划,根据治疗方式选择不同放疗剂量。”鞠芳说,由于放疗的部位不同,放疗的副反应也不同,比如照射全身,可能会有乏力、血象降低等;照到口腔黏膜,可能会出现炎症、口腔溃疡;照到肺部,可能出现咳嗽等,放疗的副反应大多表现为急性期炎症,放疗结束一段时间后,副反应就会逐步自行缓解或经过对症处理后恢复。个别患者可能会在后期遗留较明显的皮肤软组织纤维化、器官功能受损等慢性并发症。

随着设备和技术的升级,放疗的不良副反应愈加可防可控。放疗物理师会根据勾画好的肿瘤靶区图和治疗需要的射线剂量,优化照射路径、合理分配剂量,在保证治疗的同时尽量保护患者正常组织,大大降低了发生严重放射性毒副反应的几率。

当前主流的放疗技术是外放疗,外放疗的射线相当于电灯的光线,绝大部分外放疗不存在患者把射线带出去影响身边人的可能性。对于内放疗来说,患者是带着放射源出去活动的,但射线影响的距离通常是1cm左右,所以危害也是微乎其微的,但保险起见,内放疗患者应避免与儿童和孕妇近距离接触,应按照医嘱进行适当的隔离防护。

带动更多医生接轨前沿腰椎微创技术

## OLIF北方培训基地在青揭牌

本报讯 日前,由青岛市老年医学会脊柱外科专业委员会主办、康复大学青岛医院(青岛市市立医院)承办的OLIF北方培训基地揭牌暨首届康复大学青岛医院OLIF学术论坛在青岛召开。该培训基地将通过资源共享的方式,让更多脊柱外科医生熟练掌握OLIF(斜前方入路腰椎椎间融合术)技术,让更多腰椎病患能够从微创手术中获益。论坛上,省内外知名专家齐聚一堂,围绕OLIF

手术的适应证、禁忌证、手术优势、手术技巧、手术并发症的预防等核心问题及手术热点、难点问题进行了分享讨论。康复大学青岛医院(青岛市市立医院)脊柱中心主任王德春进行了OLIF手术现场演示。

在老龄化形势愈发严峻的当下,腰椎退行性疾病已然成为中老年人健康的头号杀手,严重影响了人们的生活质量。病人一方面饱受疾病的痛苦,另

一方面还要面临手术损伤的风险。OLIF技术是自腹膜后腹部血管和腰大肌前缘之间的生理间隙进入,既避免了前路手术对大血管的过度牵拉,又可避免侧路手术对腰大肌和腰丛神经的损伤,同时不存在后路手术的诸多弊端,最大程度地降低了手术的并发症发生率。同时,该技术还有手术时间短、出血少、融合面积大、术后恢复快的优点。OLIF的适应证广泛,主要包括退行性腰椎滑

脱、椎间盘源性腰痛、腰椎管狭窄症、腰椎节段不稳定、腰椎术后邻近节段退变、退行性腰椎侧凸、腰椎术后翻修、椎间隙感染、创伤、肿瘤等。OLIF手术对医生的技术要求门槛较高,青岛市市立医院是省内最早开展OLIF手术的医院,将承担起承办OLIF北方培训基地的任务,搭建学习交流的平台,推进医工结合,帮助有需求的医疗机构培养OLIF手术医生。(郭菁荔)

本报讯 胶州市卫生健康局坚持精准“引进来”,推动医养健康产业项目集聚发展。立足上合新区“1+2+3+N”发展格局,加快大健康产业项目招引,锁定京津冀、长三角、珠三角和成渝城市群等,绘制“两图两表”(招商图谱、路径图、招商名录、时间表),重点引进健康医疗、健康科研、健康服务、智慧健康4大产业链项目,挂图作战、聚力攻坚,先后与40余家公司进行座谈交流和实地调研,今年2月集中签约项目3个,投资额共计约7亿元,在谈项目7个。胶州市卫生健康局还积极“走出去”,从发展“大卫生”上下功夫,推动公立医院改革和高质量发展示范项目争创样板。坚持“机制创新+流程再造+闭环管理”,以项目建设促进公立医院运行模式从粗放管理转向精细化管理,资源配置从注重物质要素转向更加注重人才技术。组队前往安徽省黟县、金寨县考察学习先进经验,按照1个总医院、3个嵌入式次中心、18个骨干节点的基本架构,创新实施“1+3+18”紧密型县域医共体“总医院”管理模式,加快推动优质医疗卫生资源扩容下沉和均衡布局。2023年胶州人选全省深化医药卫生体制改革真抓实干成效明显县(市、区)督查激励推荐名单,公立医院改革和高质量发展成效获得国家卫健委调研组高度评价,在青岛市群众看病就医满意度测评中位居前列。今年以来,胶州市卫生健康局成立规划发展工作专班,紧盯关键环节,打通全流程责任链条,及时疏通项目建设堵点难点,严格按照时间节点倒排工期,高效有序推进手续办理、规划设计、土地征迁、施工建设等工作。今年3月,新建胶莱街道胶莱卫生院等5个医疗卫生项目全部完成封顶,胶州市公共卫生服务中心项目正同步进行三通一平等工作,规划建设青岛市疾控中心胶州实验基地项目、东方医院二期科技院区项目,全胶州市8个医疗卫生项目建设开工率达100%,开工面积达20万平方米。(郭菁荔)

## 海尔·2023 青岛马拉松赛关于交通管制、公交调流、空中管制公告

2023年4月22日,我市将在前海一线举办“海尔·2023 青岛马拉松”比赛,为确保赛事的顺利进行,保障道路交通安全、有序、畅通,根据《中华人民共和国道路交通安全法》的有关规定,公安机关交通管理部门将于赛事期间对部分道路采取分时分路段的临时性交通管制措施。现通告如下:

### 一、赛事起终点及比赛路线

#### (一)赛事起点及终点

比赛分为馬拉松(以下简称“全马”)、半程马拉松(以下简称“半马”)和迷你跑,起点统一设在香港中路(青岛市人民政府正门口道路中心南侧车道),全马终点和半马终点均设在青岛国际会议中心,迷你跑终点设在武昌路(汇泉广场处)。

#### (二)比赛路线

1.全马(42.195公里),比赛线路如下:香港中路青岛市人民政府正门口道路中心南侧车道-香港中路-香港西路-文登路-鱼山路-龙口路-广西路-费县路-广州路-单县路-汶上路-西陵峡三路-瞿塘峡路-三门峡路-西陵峡路-太平路-郗城路-兰山路-太平路-莱阳路-南海路-汇泉路-山海关路-黄海路-太平角一路-湛山五路-太平角四路-湛山三路-东海西路-澳门路-五月的风-澳门路-清远路-澳门路-奥运大道-奥帆中心-奥运火炬(折返点)-旗阵广场-青岛国际会议中心-奥帆中心大剧院-奥帆博物馆-情人坝-灯塔(折返点)-奥帆隧道-燕岛宾馆-增城路-澳门路-珠海支路-东海中路-东海东路-右转海口路-海口路(折返点:云岭路西侧约50米处)-海口路-东海东路-东海中路-增城路-澳门路-新会路-奥帆中心2号门-青岛国际会议中心(全马终点)。

2.半马(21.0975公里),比赛线路如下:香港中路青岛市人民政府正门口道路中心南侧车道-香港中路-香港西路-文登路-鱼山路-龙口路-广西路-费县路-广州路-单县路-汶上路-西

陵峡三路-瞿塘峡路-三门峡路-西陵峡路-太平路-郗城路-兰山路-太平路-莱阳路-南海路-汇泉路-山海关路-黄海路-太平角一路-湛山五路-太平角四路-湛山三路-东海西路-澳门路-五月的风-澳门路-清远路-澳门路-奥运大道-奥帆中心-奥运火炬(折返点)-旗阵广场-青岛国际会议中心(半马终点)。

3.迷你跑(约4.2公里),比赛线路如下:香港中路青岛市人民政府正门口道路中心南侧车道-香港中路-香港西路-文登路-武昌路-汇泉广场(迷你马拉松终点)。

### 二、交通管制路段和时段

比赛期间,将对以下道路及区域分时分段采取临时性交通管制措施。在管制区域除持有2023 青岛马拉松赛车辆通行证和执行紧急任务的军警、消防、救护和工程抢险等车辆外,禁止其他车辆通行。

#### (一)赛事起点及终点区域交通管制

1.起跑区域(青岛市人民政府门前处)  
自2023年4月22日3时起,封闭山东路(不含)以东,福州南路(不含)以西,闽江路(不含)以南,东海西路(不含)以北区域。

2.迷你跑终点区域(汇泉广场处)  
自2023年4月22日7时起,封闭南海路(不含)以东,文登路(不含)和香港西路(不含)以南,荣成路(不含)以西,正阳关路(不含)以北区域。

3.马拉松及半程马拉松终点区域(青岛国际会议中心处)  
自2023年4月22日7时30分起,封闭奥运大道、澳门路、新会路、越秀路、增城路及其合围区域。

#### (二)比赛路线交通管制

1.自2023年4月22日0时起,封闭香港中路的山东路至新浦路路段。

2.自2023年4月22日6时30分起,封闭香港中路的山东路

至延安三路路段、香港西路。

3.自2023年4月22日7时起,封闭文登路,鱼山路,龙口路的大学路至广西路路段,广西路,费县路的郗城路至广州路路段,广州路的费县路至单县路路段,汶上路的单县路至贵州路路段,西陵峡三路,瞿塘峡路的三门峡路至西陵峡三路路段,三门峡路的瞿塘峡路至西陵峡路路段,西陵峡路的三门峡路至太平路路段,郗城路,兰山路,太平路,莱阳路,南海路,汇泉路,山海关路,黄海路,太平角一路的黄海路至湛山五路路段,湛山五路,太平角四路的湛山五路至湛山三路路段,湛山三路的太平角四路至东海西路路段,东海西路的东海二路以西路段,澳门路的奥运大道以西路段、清远路。

4.自2023年4月22日8时起,封闭奥帆隧道燕岛宾馆沿海路段,增城路,澳门路的增城路至珠海支路路段,珠海支路的东海中路至澳门路路段,东海中路的增城路至麦岛路路段。

5.自2023年4月22日8时30分起,封闭增城路,东海东路的麦岛路至海口路路段,海口路的东海东路至云岭路路段。

6.自2023年4月21日20时起,上述管制路段禁止任何车辆停放。

### 三、车辆调流路线

(一)由西向东行驶的社会车辆分别沿贵州路汶水路以西台西三路、成武路等路口经四川路、云南路、胶宁高架路、新冠高架路分流;由隧道驶出车辆经云南路、胶宁高架路、新冠高架路分流。

(二)由东向西行驶的社会车辆分别沿香港东路或松岭路、云岭路、秦岭路、深圳路、海尔路、宁夏路、燕儿岛路、福州南路分流,经宁夏路、江西路、辽阳路、银川西路或者胶宁高架路分流。

### 四、其他管制措施

(一)比赛期间,严禁行人、非机动车、机动车横穿管制道路

通行;严禁行人翻越警戒线、护栏等道路交通安全设施;严禁在管制道路占道停车。

(二)为尽量减少对市民的出行影响,公安机关交通管理部门将根据比赛进展情况,适时逐段恢复道路交通。敬请广大市民详细了解道路交通限行情况,提前做好出行安排,限制通行期间带来的道路交通出行不便,请给予理解和支持。

特此通告。

青岛市公安局交通警察支队  
2023年4月13日

海尔·2023 青岛马拉松将于2023年4月22日(周六)在青岛市举行,为保障本届赛事的现场安全,保证直播质量和航拍安全,根据有关法律法规规定,现将有关事宜公告如下:

一、根据本届赛事现场要求,自2023年4月22日早上7时起至下午14时,未经青岛马拉松组委会书面授权,禁止在赛道沿线和起终点区域升降无人机等“低慢小”航空器(主要有轻型和超轻型飞机、轻型直升机、滑翔机、三角翼、滑翔伞、动力伞、热气球、飞艇、小型以下无人机、航空模型、无人驾驶自由气球、系留气球、孔明灯、大型风筝等)影响赛事安全和航拍。

二、临时管控期间,请广大市民和飞行爱好者主动配合,自觉遵守本通告规定。青岛市公安局对赛道全线进行巡查,对临时管控期间违规飞行物将依照有关法律法规予以处理。

三、本通告有效期为2023年4月22日7时至14时,敬请广大市民理解,支持、配合。

特此通告。

青岛市公安局交通警察支队  
2023年4月13日

青岛市公安局交通警察支队  
2023年4月13日

讲文明 树新风

公益广告

# 创建文明 典范城市 共享城市文明

中共青岛市委宣传部