

歌手毕夏首谈丈夫离世,曾认为颈部小包是上火或熬夜所致

不疼不痒,黑色素瘤“潜伏”了十年

近日,歌手毕夏在访谈中首次谈及丈夫张恒远离世的过往,相关话题冲上热搜。据悉,2023年6月,张恒远因黑色素瘤病逝,而最初他只是颈部出现一个小包,被误认为普通上火或熬夜所致,未引起重视,病灶实际已潜伏约10年。

黑色素瘤为何如此“狡猾”?南京市中西医结合医院肿瘤科副主任中医师唐杰在接受记者采访时介绍,黑色素瘤的发生发展本就是一个多阶段、多步骤的过程,多数原发性黑色素瘤是由原本存在的良性色素痣,在长期外界刺激、基因突变等因素作用下,逐步发生不典型增生,最终发展为恶性黑色素瘤,这个过程可持续数年。

通讯员 杨璞 扬子晚报/紫牛新闻记者 许倩倩



长期潜伏,易被当作皮肤问题

黑色素瘤是一种起源于皮肤黑色素细胞的恶性肿瘤,具有高度侵袭性和转移性,是皮肤癌中死亡率最高的一种,而早期诊断、早期干预对改善预后至关重要。

“在病变早期,病灶往往没有明显的瘙痒、疼痛、破溃等症状,仅表现为色素加深或体积轻微增大,很容易被当成普通的痣或者皮肤问题忽略,也就造成了‘长期潜伏’的现象。”唐杰坦言,除了原有的色素痣恶变,黑色素瘤也可能新发于原本没有色素痣的正常皮肤,上述案例中,患者病灶出现在颈部,就属于好发的曝光部位。除此之外,足底、足跟、手掌、甲下等肢体末端,也是我国黑色素瘤患者的常见发病部位,因为这些位置更容易受到摩擦刺激,恶变风险相

对更高。

黑色素瘤的发病是遗传因素与环境因素共同作用的结果,身上有大量色素痣的人群、长期受到紫外线过度照射的人群、有色素痣反复受摩擦刺激的人群,以及有黑色素瘤家族病史的人群等,都属于高危群体。

“如果一级亲属中有黑色素瘤患者,自身发病风险会明显升高,一定要定期做皮肤筛查。此外,很多人发现身上的痣影响美观或者不舒服时,会选择用药物点痣、刀割、手抠等不规范方式处理,这些不彻底的刺激也会增加恶变概率,需要格外警惕。”唐杰说。

5点自查,符合任何一条要尽早就医

早期黑色素瘤症状非常隐匿,很少会出现明显的不适,这种情况下我们又能如何

早期发现呢?唐杰提醒,临床上把5个识别要点总结为“ABCDE法则”:不对称性(A)、边界不规则(B)、颜色不均(C)、直径大(D)、进展变化(E),符合任意一条都建议尽早就医。

大小变化:短时间内(几个月到半年)病灶快速增大,直径超过5毫米就要提高警惕;

形状变化:原本规则的圆形、椭圆形痣,边缘变得不规则,出现锯齿状或者边界模糊;

颜色变化:色素分布不均匀,出现颜色加深、变浅、褪色,或者同一病灶上出现多种颜色混杂;

症状变化:病灶出现瘙痒、疼痛、破溃、出血,或者反复结痂不愈合;

周边变化:病灶周围长出新的、小的色素病灶,也就是临床所说的“卫星灶”,或者出现

邻近区域淋巴结肿大。

专家表示,只要早发现、早诊断、早规范治疗,多数早期黑色素瘤都可以得到很好的控制。“早期黑色素瘤通过规范的手术切除,可以实现临床治愈,只有少数晚期已经侵犯深部组织的情况,才需要考虑更广泛的切除。”唐杰介绍,除了手术,还有靶向治疗、免疫治疗、放射治疗等多种手段。

与此同时,中西医结合在全周期治疗中也发挥着重要作用。比如对于术后患者,通过中医药调理可以帮助恢复体质,降低复发转移的风险;对于正在接受放化疗、靶向免疫治疗的患者,中医药可以减轻治疗相关的不良反应,提高患者对治疗的耐受性;对于晚期无法接受高强度治疗的患者,中医药可以起到稳定病灶、缓解症状、减轻痛苦、延长生存时间的作用。

热点问题解答

1. 身上长了很多痣,是不是一定会得黑色素瘤?

实际上绝大多数色素痣都是良性的,发生恶变的只占极少数。只要没有出现上文提到的异常变化,日常观察即可,不需要刻意提前切除所有痣,更不用天天焦虑担心。

2. 药水点痣、美容院点痣靠谱吗?会不会诱发癌变?

不建议选择非正规机构的药水点痣、化学剥脱点痣。一方面,如果病灶本身已经是恶性黑色素瘤,不规范的点痣无法去除所有病变组织,反而会刺激肿瘤进展,耽误正规治疗;另一方面,即使是良性色素痣,不彻底的药物腐蚀、反复刺激,也会增加恶变的风险。

如果想去除色素痣,一定要到正规医院皮肤科或外科,根据痣的大小、位置选择手术切除或者激光去除,术后还可以做病理检查明确性质,更加安全可靠。

3. 防晒能预防黑色素瘤吗?

已经有明确的研究证据显示,长期紫外线暴露是黑色素瘤发病的明确危险因素,因此做好日常防晒确实可以降低发病风险。

4. 手上、脚上长了“黑痣”就是黑色素瘤吗?

不一定,但是肢端的色素痣确实要更加警惕。我国超过一半的黑色素瘤发生在肢端,也就是手掌、足底、指甲下这些位置,如果发现这些位置有新发的色素斑块,或者原有色素痣出现变化,要尽早排查。

一周内从3厘米长至15厘米

颈部老结节突发“暴走式”增长

数十年稳定不变的颈部老结节,也可能突发“暴走式”增长,暗藏致命危机!前段时间,69岁李大爷(化姓)四十余年的多处颈部病灶突发恶变式进展,甲状腺包块短短一周内从3厘米骤增至15厘米,急剧肿大的肿块严重压迫气管,随时可造成窒息死亡,生命岌岌可危。危急时刻,东南大学附属中大医院甲状腺外科联合耳鼻咽喉头颈外科专家团队同台接力手术,一次性完整切除三处复杂高危病灶。目前,患者已康复出院。

通讯员 刘敏 扬子晚报/紫牛新闻记者 万惠娟

病灶潜伏40年,突然急剧增大引险情

中大医院甲状腺外科施鸿舟主治医师介绍,该患者深受颈部包块困扰已久,右侧锁骨上包块、左侧下颌下包块病史均长达40余年,甲状腺结节也已存在30年。多年来,三处病灶状态稳定、无明显不适,患者便未曾重视,未规律复查干预。

谁料近期病情突发剧变,患者甲状腺区域包块在一周内急剧疯长,从原本3厘米的小结节迅速膨胀至15厘米。硕大的肿块不仅让颈部严重隆起变形,更持续压迫气管、颈部重要血管神经,随时可能引发呼吸困难、窒

息等致命风险。患者察觉异常后,紧急前往中大医院就诊。

该院甲状腺外科与耳鼻咽喉头颈外科、麻醉手术与疼痛管理科等多学科专家团队联合会诊,最终制定出一次麻醉、同台完成的一站式根治手术方案,计划同步实施甲状腺全切除术、右侧锁骨上包块切除术、左侧下颌下包块切除术,一次性彻底清除全部病灶。

首先,中大医院甲状腺外科尤承忠副主任带领施鸿舟主治医师等团队,精准剥离颈部组织,顺利完成甲状腺全切手术。术中手术团队精准甄别并保护喉返神经、甲状旁腺等关键组织,同时完整剥离、切除右侧锁

骨上高危包块。

随后,耳鼻咽喉头颈外科朱新副主任主刀、施鸿舟主治医师协助,精准开展左侧下颌下肿瘤切除手术。术中精准规避并完好保护面神经下颌缘支、舌下神经,完整保留患者面部活动、吞咽等核心生理功能。

整场手术流程顺畅,三处病灶均被完整根治切除。目前,患者恢复良好,已出院回家休养。

老结节不代表终身安全,出现这些信号立刻就医

临床数据显示,甲状腺结节在普通人群中发病率极高,多数结节性质稳定、为良性病变,因



患者颈部老结节出现突发“暴走式”增长

此不少患者存在“老结节终身安全”的认知误区,长期疏于复查和监测。

对此,专家提醒,良性结节、多年无症状的陈旧性结节并非绝对安全,受年龄增长、身体机能变化、内部出血、细胞异变等多种因素影响,随时可能出现突发增大、性质改变等紧急情况,老年群体更是此类突发风险的高发人群,需时刻保持警惕。

若发现颈部甲状腺结节出现短期内快速增大、质地变硬、

活动度变差、与周围组织粘连固定等异常改变,或伴随声音嘶哑、吞咽异物感、呼吸不畅、平卧憋气等压迫症状,切勿拖延,需第一时间前往正规医院甲状腺外科就诊排查。

同时,定期筛查是规避甲状腺疾病风险的关键,建议中老年人每年接受一次颈部高分辨率超声检查;已确诊甲状腺结节的人群,需严格遵医嘱每6至12个月定期复查,摒弃“不痛不痒无需管”的侥幸心理,早筛查、早评估、早干预、早治疗、早康复。