



铜釜记涮羊肉,主营宁夏盐池滩羊肉。该肉特色一,入口绵,嚼着弹;特色二,久煮不柴,香而不腻;特色三,富含矿物质,含脂率低,口感绝佳。滩羊食百草,味道自然鲜。  
订餐电话:0393-8265558  
8265559  
地址:市城区中原路与金堤路(巴黎街)交叉口东300米路北瑞璞紫苑南門

声 明

▲陈晓娟(身份证号:410928198605204240)不慎将濮阳市明珠房地产开发有限公司开具的购房收据(收据号码:00088364;开具日期:2017年12月15日;金额:570000元;房号:中央公园8号楼1单元801室)丢失,声明作废。  
▲濮阳市金林纺织有限公司的行政章不慎丢失,声明作废。  
▲编号为O411339020,姓名为王智宸,出生日期为2014年10月16日的出生医学证明不慎丢失,声明作废。  
▲苏广明(身份证号:410928196102011210)不慎将濮阳市泰和置业有限公司开具的购房收据(收据号码:7142159;金额:50000元;开具日期:2018年7月25日;房号:49-2-2904)丢失,声明作废。  
▲苏广明(身份证号:410928196102011210)不慎将濮阳市泰和置业有限公司开具的购房收据(收据号码:7147312;金额:156501元;开具日期:2018年6月12日;房号:49-2-2904)丢失,声明作废。  
▲苏广明(身份证号:410928196102011210)不慎将濮阳市泰和置业有限公司开具的购房收据(收据号码:8187665;金额:140000元;开具日期:2018年7月24日;房号:49-2-2904)丢失,声明作废。  
▲贺丽亚(身份证号:410928197802110089)不慎将濮阳市物华房地产开发有限公司开具的收据(收据号码:8824823;开具日期:2019年1月12日;金额:3000元)丢失,声明作废。  
▲濮阳市禾日环保科技有限公司的行政章不慎丢失,声明作废。

本报仅对广告进行形式审查,以上广告所产生的后果由刊登广告者本人(单位)承担。



肿瘤警告信号“5字诀”

不少癌症的发生是一个缓慢的过程,一般在接触一定量的致癌或促癌物质10年或更长时间后,才会引起细胞突变进而发生癌变。大约77%的癌症病人被确诊时在55岁以上。在这一漫长过程中,人们有充分的时间进行预防、干预和早期发现。  
虽然说癌症的发生常常隐藏得很深,但也不是没有任何征兆。很多癌症是有早期信号的,及时发现这些早期信号,有利于有效挽救生命。  
癌症发生前的5种自我检测方法,可以概括为5个字:血、块、痛、烧、减。到底该怎么用这5个字来自我检测癌症呢?下面为您一一揭晓。

**血**  
如果您的鼻腔、口腔及下体有不明原因的出血,就要考虑肿瘤的可能了。口腔出血可能跟口腔癌、肺癌、胃癌等癌症有关。女性下体出血可能跟宫颈癌、子宫内膜癌有关。尤其要注意的是,如果大便带血,千万不要只想到是痔疮,一定要到医院进一步确诊,排除结肠癌和直肠癌的可能。

**块**  
如果在身体浅表部位,出现经久不消或短时间内迅速增大的肿块,您就要高度警惕了。癌肿往往是无痛、质地较硬、边缘模糊的。尤其是在颈部、锁骨上方的部位,如果摸到这种肿块,就要马上去医院就诊。

**痛**  
虽然很多时候癌症的症状是无痛的,但是如果您的头部、颈部、胸骨、腹部出现剧烈的疼痛,也要考虑肿瘤的可能。这时

候的疼痛很有可能是肿瘤压迫了神经,或是发生了转移。

**烧**  
这里的“烧”指的就是发烧。与一般的感冒发烧不同,癌症引起的发烧往往是长时间的低烧。如果10天以上,甚至两三周的时间,一直低烧不退,就要考虑肿瘤了。尤其是儿童和青少年出现这种情况,要警惕血液系统肿瘤。

**减**  
在没有刻意节食、运动减肥的情况下,突然之间,如果体重不明原因的大幅减轻,就要引起注意了。如果在3个月内,体重下降了自身体重的10%,就要去医院检查,警惕肿瘤的发生。

最后,癌症的预防不是简简单单几句话就能搞定的,它涉及我们生活的各个方面,涵盖了我们的衣、食、住、行等。专家总结了防癌“40字诀”:合理饮食,适量运动;戒烟限酒,心态平衡;充足睡眠,定期体检;控制感染,疫苗优先;美化环境,绿水青山。

近几年,我们一直在大力推进防癌体检。防癌体检不是一般的体检,是做深度的、个性化的、量体裁衣的、规范化的、人文化的防癌体检。一般的体检往往流于形式,抽个血,验个尿,做个心电图、彩超,这样只能发现常见的高血压、糖尿病、高血脂等,对癌症远远不够。

癌症要规范化,要个体化,更要深度化。深度化的理念就是精准、个体,认真询问每一个体检者的病史,了解他的既往发病史、遗传背景、生活习惯、饮食习惯、生活方式,然后才能制订出个体化的体检方案。

淋巴瘤等。  
有10余种霉菌可能引起癌症。霉菌产生的毒素有很强的消化道致癌或促进作用,其中以黄曲霉素致癌能力最强。另外,幽门螺杆菌(Hp)也是导致胃癌等疾病的重要因素。由此可见,对一些病毒和细菌长期感染者应当积极治疗,减少肿瘤发生的概率。

式、品牌或烟草类型并不会降低患癌风险。这意味着任何形式吸烟的患癌风险都是一样的。此外,尼古丁并不是吸烟与癌症的唯一联系,其他物质也有致癌特性。如果在吸烟的同时再加上喝酒,则会大大增加患癌的危险性。因此,戒烟是预防癌症的必要条件,1/3的人可以通过改善生活方式、饮食习惯、戒烟等,达到预防癌症的目的。

我们推荐在国内肺癌高危人群中,进行LDCT肺癌筛查。高危人群定义为:(1)年龄50~75岁;(2)至少合并以下一项危险因素:①吸烟≥20包/年,其中也包括曾经吸烟但戒烟时间不足15年者;②被动吸烟者;③有职业暴露史(石棉、铍、铀、氡等接触者);④有恶性肿瘤病史或肺癌家族史;⑤有慢性阻塞性肺疾病或弥漫性肺纤维化病史。对筛查发现的肺毛玻璃结节等,根据大小、边缘情况、结节密度等,密切随访。

市第五人民医院(市肿瘤医院)可对符合以上条件的人群免费进行LDCT肺癌筛查,欢迎来院就诊。

健康中国健康家  
关爱生命 科学防癌

全国第二十七届肿瘤防治宣传周主题



美国GE 16排大孔径定位CT。



美国GE 1.5T光纤超导磁共振。



瑞典Elekta-syn-ergy医用直线加速器。

专家介绍

王勇

濮阳市肿瘤医院肿瘤科主任、主任医师  
河南省海峡两岸卫生交流协会中西医结合肿瘤学组副主委  
河南中西医结合肿瘤专业委员会常委  
河南省生命关怀协会肿瘤专业委员会常委  
河南省肿瘤医院/肿瘤科管理专业委员会常委  
河南省抗癌协会癌症筛查与早诊早治专业委员会常委  
中国肿瘤防治联盟河南省血液淋巴瘤专业委员会常委  
中国肿瘤防治联盟河南省骨与软组织肿瘤专业委员会常委  
河南省肺癌专业委员会委员  
河南省肿瘤化疗专业委员会委员  
河南省血液淋巴瘤专业委员会委员  
河南省肿瘤精准诊疗专业委员会委员  
河南省肿瘤靶向治疗专业委员会委员  
河南省神经内分泌肿瘤专业委员会委员  
河南省抗癌协会肿瘤分子医学专业委员会委员  
河南省抗癌协会肿瘤药物临床研究专业委员会委员  
濮阳市健康巡讲团专家成员  
濮阳市优秀专业技术人才  
专业特长:擅长各种肿瘤化疗、靶向治疗、抗肿瘤血管治疗、免疫治疗,以及内分泌治疗、中医药治疗、肿瘤的姑息治疗等综合治疗的学科程序运用,为患者制订标准化、精准化、个体化治疗模式。  
坐诊时间:每周一、二、四、五全天。  
办公电话:0393-8798836 联系电话:13939320710