

# 警惕女性“沉默杀手” 卵巢癌早诊早治

卵巢癌早期症状隐匿,70%患者确诊时已是晚期;有持续性腹胀、腹围增加等需重视,高危人群从40岁开始筛查

## 健康福建 医学科普

福建省卫健委 联合出品  
海峡都市报社

卵巢癌作为妇科恶性肿瘤中最凶险的“沉默杀手”,因早期症状隐匿难辨,往往在悄然蔓延至晚期后才被发现,70%患者确诊时已是晚期。据国家癌症中心最新数据,2022年我国卵巢癌新发病例约6.11万,死亡病例达3.26万。我国卵巢癌患者5年生存率40%~50%,明显低于发达国家水平。然而,若能早期发现,治愈率可高达90%以上!

杰清制图

一般认为,5类人群是卵巢癌的高危人群。首先是年龄因素,50岁以上是主要高危人群,风险随年龄增长而上升;其次,BRCA1/2基因突变携带者,终生患病风险高达40%,比普通人群高15~40倍。未生育或晚育的

卵巢癌诊疗有三个“70%”:70%患者确诊时已是晚期,70%患者接受标准治疗三年后会复发,接近70%患者难以跨越5年生存期。这些数字背后是对早期发现重要性的深刻提

醒。因此,建议高危人群,从40岁开始定期进行妇科检查和超声评估。

虽然卵巢癌无法完全预防,但多种措施可显著降低风险。研究表明,连续使用口服避孕药5年以上,可将卵巢癌风险降低约50%。完成生育计划和哺

## 5类人群需警惕,持续性腹胀或是信号

女性,因卵巢长期排卵,风险相对增加;一级亲属有卵巢癌或乳腺癌病史的女性,以及长期接受激素替代治疗的女性,也需特别警惕。

卵巢癌之所以凶险,与早期症状常被误认为普通妇科问题或消化不良而误

诊有关。女性朋友出现持续性腹胀与腹围增加,即使不进食也感腹部膨隆、衣物变紧,这是一个信号,不能忽视;有的患者下腹部会出现持续性隐痛或压迫感,休息后不缓解;有的患者还可能会有排尿频繁或困难的

情况,常伴尿急感;食欲下降时,容易饱胀并消化不良。另外,短期内无明显饮食变化却体重减轻,体力明显下降等,也要引起重视。

当上述症状持续两周以上,尤其症状逐渐加重时,应及时就医。

## 早诊早治很关键,高危人群40岁开始筛查

早期诊断的准确率显著提高,而彩超、核磁共振等技术,能更精准区分良恶性肿瘤。对于有卵巢癌或乳腺癌高危家族史的女性,还建议遗传咨询及基因检测,可及早发现高风险并

采取干预措施。卵巢癌的治疗,近年也取得显著突破。腹腔镜微创技术和机器人辅助手术,提高了精准度,减少了创伤和并发症。同时,药物上也有不少突破。

## 正常生育和哺乳,有助降低风险

在携带BRCA基因突变的女性中,预防性双侧卵巢输卵管切除术可以降低79%~96%的卵巢癌风险。这也是提前出击,预防肿瘤的方式之一,可与主治医生充分沟通。

乳,对降低风险也有帮助,这主要是通过减少卵巢排卵次数来实现。日常生活中,女性朋友维持理想体重、坚持规律运动和均衡饮食,也很重要,特别应增加蔬果摄入量。

卵巢癌虽难早期发现,但随着医学进步,我们对它的了解和应对能力,在不断提升。

(本文由福建省妇幼保健院妇科邓婷撰写)

# 大学宿舍6人 全部成功读研

在福建农林大学动物科学学院动物医学专业,同一宿舍的6名男生,1人保研,其他人互帮互助,最终全部圆梦

海都见习记者 何丹莹/文 受访者供图

近日,随着2025年考研录取结果的陆续揭晓,在福建农林大学动物科学学院动物医学专业,“南1#445”寝室的6名成员卢晓庭、陈浩、陈秉一、韩灏田、陈灿辉、魏祥瑞分别被华中农业大学、福建农林大学、华南农业大学等高校录取(其中1人为保研),全体考研“上岸”。

一起决定考研,一起备考,最终全部考研成功,这6个大男孩有什么成功的“秘诀”可跟大家分享呢?



宿舍六人合照

## 卧谈多年,他们陆续将考研列入计划

公、就业、创业……”。

随着专业学习的深入,每个人对未来的规划逐渐清晰。陈秉一越来越喜欢兽医这个行业,要在这个行业深耕,提升学历是必经之路。而陈灿辉在看到舍友的选择后,从迷茫与焦虑中清醒,发现自己始终放不下

热爱的专业。而445宿舍常有的夜谈,也从“未来做什么”,逐渐转向“如何深耕专业”。魏祥瑞回忆道:“我们常常围坐在一起,探讨行业前景,聊到兴起时,还会翻出教材比对知识点。”没有刻意的约定,到了大四下学期,六人陆续将“考研”列

入计划。

在备考期间,宿舍也成为“流动的学习站”,白天各自扎根图书馆、教室,晚上聚首复盘。临近考试时,熬夜复习到凌晨两三点是常有的事。他们的协作和互相提问,让枯燥的备考充满了动力。

## 一起备考,他们都有解压的“秘密武器”

情玩”的原则,用高效笔记搭配适度放松。此外,韩灏田的傍晚操场慢跑、全宿舍的定期登山聚餐,都是解压的“秘密武器”。

在压力面前,他们既会用网络上最新的“名梗”互相调侃,也会在焦虑时拍着彼

此肩膀说“来得及,考得上”。

除了男生常有的大大咧咧,他们也有着细腻温暖的一面。备考后期,陈灿辉遭遇“科目变更+家庭变故”的双重打击,连续半个月都无法安心学习。得知情况后,室友第一时间围在他

身边耐心疏导情绪,还将自己整理的统考资料汇总成文档与他分享,帮助他快速找回备考节奏。“那段时间,每次推开宿舍门,看到大家都在专注学习,就觉得自己不是一个人在战斗。”陈灿辉回忆起这段经历时说道。

# 福州大学城 6月好戏连台



古巴芭蕾舞剧《天鹅湖》剧照

海都讯(记者 吴雪薇 通讯员 程瑞珂) 6月,福州大学城文化艺术中心将迎来两场高水平演出,涵盖本土原创音乐剧和世界一流芭蕾舞剧。

6月2日晚,原创音乐剧《南孔》将率先登场。该剧取材于“孔洙让爵”的历史典故,通过音乐、舞蹈和戏剧表演,讲述元代衍圣公孔洙在国家诏令下赴北归宗,最终选择放下爵位、重归南宗弘道的故事。主创团队将厚重的儒家文化与现代舞台手法相结合,力图在舞台上展现南孔文化的精神内核。

6月12日晚,来自古巴的国家级表演团体将

献上古典芭蕾舞剧《天鹅湖》。该版本由古巴国家芭蕾舞团创始人、“芭蕾教母”艾丽西亚·阿隆索亲自编排,在保留柴可夫斯基原作核心结构的基础上融入拉美地域特色,舞蹈风格更具动感与情感张力。古巴国家芭蕾舞团是拉丁美洲最具代表性的国际舞团之一,长期活跃于世界主流舞台,其舞者技巧娴熟,风格鲜明,演出深受专业观众与普通市民欢迎。

福州大学城文化艺术中心介绍,两场演出均已开放购票,观众可通过艺术中心官网或官方微信公众号查询详情并预订座位。