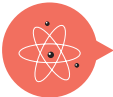


夫妻同时诊断了结直肠癌，肠癌难道会传染？

复旦大学附属肿瘤医院肿瘤预防部 复旦大学上海医学院肿瘤学系 周昌明

近期在医院癌症筛查过程中，我们发现了一对老夫妻同时罹患了结直肠癌。一家两口人都得癌，对家庭来说无疑是天大的灾难。好在两位老人都是早期，心态也都不错，经过规范的手术治疗均恢复了健康，且都不需要化疗，总算是不幸中的万幸。这是一例典型的“夫妻癌”。夫妻两人都得了肠癌，难道是肠癌会“传染”？



一、夫妻癌：环境因素导致癌症的有力佐证

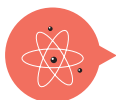
照理来说，夫妻两人在结合前均来自不同的家庭，两人拥有相同遗传学背景的可能性微乎其微。但事实上，生活中经常会发现夫妻同时或者先后患癌的，夫妻癌可能会是同一疾病，也可能是相关危险因素导致的不同疾病。

例如，临床会遇到夫妻双方都罹患肺癌的；也遇到过夫妻双方都得胃癌的；还有妻子得乳腺癌，丈夫得结直肠癌的；甚至有妻子得宫颈癌，丈夫得阴茎癌的。

两个拥有不同遗传学背景的人，生活在同一个环境而得了相关的癌症，可见生活环境一定有问题。这里所说的“环境”，不单单是指空气、水等狭义的

环境，而是包括感染、饮食、空气等一系列广义的环境因素。





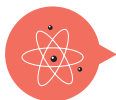
二、大肠里的细菌，到底会不会传染？

成年人大肠里常年驻扎着 30~50 万亿个细菌（约 1.5~2 kg 重），简直堪比一个“银河系”。人的粪便里有 1/3 是细菌及其尸体。大肠里有那么多细菌，那结直肠癌会不会传染呢？



目前研究发现：多种细菌确实通过危害肠道微生物生态进而促进结直肠癌的发病，如具核梭杆菌、解链食子酸链球菌、脆弱拟杆菌的肠毒性菌株，聚酮合成酶阳性的大肠杆菌等。肠道微生物失调、致病微生物“大行其道”，是肠癌发病的一大诱因。

目前来看，没有证据证明肠癌是因为这些细菌“传染”而导致的。更多情况下，是因为某些特定的饮食习惯导致的菌群失衡。例如，夫妻生活在同一屋檐下，拥有同一饮食生活习惯，如双方长期均摄入高脂肪、高蛋白、高热量的食物，爱吃红肉；新鲜蔬菜水果、膳食纤维和乳制品摄入较少，饮食种类单一不丰富；加上久坐、长期不运动或是肥胖等共同的生活习惯，久而久之，肠道菌群也朝着“不健康”的方向发展，肠癌就容易找上门了。



三、预防夫妻癌，需要养成良好生活习惯

要想有效预防“夫妻癌”，尤其是结直肠癌的话，夫妻双方应该养成良好的生活习惯。

饮食方面多吃粗粮、杂粮、豆类、新鲜蔬菜水果、鱼类和奶制品；红肉不宜吃得过多，一周如能吃一斤左右即可。尽量不吃或少吃烟熏、火烤、煎炸以及高脂肪、高蛋白、高热量的食物；不要暴饮暴食，保持正常体重，经常锻炼身体或从事力所能及的体力劳动。

夫妻关系和睦也很重要，愉快的心情和良好的免疫力息息相关。长期抑郁或遭受重大打击、变故后罹患肿瘤的案例不胜枚举。

最后需要提醒的是，夫妻双方都要定期参加肿瘤筛查或者防癌体检，及时干预、防患未然。

（本文编辑：赵广智）