

肠癌患者写下“时光邮件” 讲述抗癌故事 传递爱与希望

“但愿你仍然平安地迎着每天灿烂的朝阳，但愿你依然能用手中的笔去写赞美生活的诗篇，快乐地过好每一天……”4月12日，在武汉市第八医院，“武汉市大肠肿瘤(CRC)病友俱乐部”迎来了第20届会员代表大会，到场的大肠癌患者认真地写下书信并用信封装好，寄给三年后的自己。

据悉，三年后，医院将履行“三年之约”，将这些信件一一寄到患友家中。这一封封承载着对自己和家人美好期许与祝福的“时光邮件”的背后，是患友们坚强勇敢与病魔斗争的故事，传递着爱与希望。



一封封承载希望的“时光邮件”被投入邮筒。

1 12年经历30余次放化疗， 他深情写下“时光邮件”

“我在八医院接受直肠癌手术至今已12年了，十分感谢八医院肛肠外科团队的医务工作者，同时希望我在三年后能健康地活着……”这，是78岁的刘先生在给3年后自己的“时光邮件”中，写下的话语。

2012年春节前，刘先生便血的“老毛病”又犯了，他买来药膏救急，就是不见好，反倒开始大量出血。他这才意识到事情严重，前往武汉市第八医院就诊。陈继贵教授在进行指检后，凭经验判断，他极有可能是中晚期直肠癌。听到这一结果，刘先生瘫坐在椅子上，半天回不过神。“我们会尽全力为你治疗，你一定要对自己有信心。”陈继贵教授安慰道。那一年，刘先生做了低位直肠癌切除保肛手术，并开启了化疗治疗。

2012年2月至2013年9月，刘先生历经6次化疗、31次放疗，治疗过程中，刘先生态度坚定，从不放弃。

2013年9月，刘先生突然感到肚子阵发性绞痛，肚子鼓得像皮球，经检查，原来出现了肠梗阻。陈继贵教授团队为他进行改道手术后，暂时保住了他的命。但没几个月他又出现了肠梗阻。此后十余年，刘先生一日六餐，每隔两小时一次，餐餐都是老伴用鱼或排骨熬汤后反复过滤，在清汤里加入定量的营养粉。老伴的不离不弃，医护的悉心守护，给了他活下来的勇气。12年来，他也像一束光，照亮了其他患友。一位患者在患癌后“破罐子破摔”，抽烟酗酒。刘先生经常在病房和他聊天、解心结，这名患者心态渐渐阳光起来，开始坚强抗癌。

刘先生常说：“疾病并不是为了让我们受苦，而是提醒我们要开始改变不良生活方式。不必担心和恐惧那些未知，要活在当下，心生信念，向阳而生。一定要相信，通过科学积极的治疗，奇迹就在前方。”如今，他每天骑自行车去拿快递、买菜等，体重也恢复到了80公斤。

2 乐观抗癌33年，他分享亲身经历鼓励患友

“活好每一天，就是我必胜的信念！”活动现场，67岁的患者陈先生的故事，也让人动容。

2024年，是他抗癌的第33个年头。当天，他接过了大肠肿瘤病友俱乐部第五届会长的重任，即使每天带着造瘘口，他依然乐呵呵地，精神矍铄。“不要把自己当病人，干自己喜欢的事，开心过好每一天。”作为“抗癌明星”，陈先生用自己的亲身经历鼓励着在场病友。

陈先生年轻时是一名化学老师。1991年，他突然出现排便困难、便血，持续了一段时间没有好转，便赶到武汉市第八医院就诊，没想到竟被确诊为直肠癌晚期。

“拿到结果的那一刻，我感觉天都要塌了。”陈先生说，当时儿子只有7岁，他不知道该如何面对残酷的现实。那一年，他在八医院做了直肠癌手术，

幸运的是，专家帮他保肛成功，这给了他好好活下去的信心。两年后，陈先生重新回到工作岗位，有空时，还和朋友约着打篮球、踢足球、跑步，每隔三五年就回医院复查，一切也都正常。

直到2017年，陈先生出现大便不成形、经常拉肚子，武汉市第八医院专家陈继贵教授发现，陈先生的直肠癌复发，专家再三评估后，认为陈先生只能进行直肠癌改道手术，也就是在下腹做个造瘘。陈先生担心这次复发，自己可能出不了院了，陈继贵教授安慰道：“有啥好怕的，一定让你早日出院，和家人团聚。”

陈继贵教授兑现了承诺，他和团队带着陈先生再次成功闯关。如今，陈先生更加珍惜当下的每一天。“学会爱自己、爱家人，乐观坚定，一定能战胜病魔。”陈先生鼓励病友说，抗癌33年，如今，他的孙子已经16岁，一家人幸福美满，他希望每一位病友都能开心生活。

当天，武汉市第八医院相关负责人为陈先生等“抗癌明星”授予了荣誉证书，为他们坚韧不拔的精神点赞。

“希望通过俱乐部的群体抗癌力量，让患者们能够更加乐观地面对疾病，共同抵抗病魔。”大肠肿瘤病友俱乐部创始人、武汉市第八医院二级教授陈继贵说，20年前，武汉市第八医院创立俱乐部，在注册会员人数从当初的40多人发展到8000余人。医患一路相互扶持，比如及时解答患者的疑问，提醒他们定期复查，并尽可能为患者优化就诊流程，“只有医患一起打好抗癌的‘持久战’，规范科学地治疗，才能一起将大肠癌变为可控可治的‘慢性病’。”

武汉市第八医院党委书记许勇彪表示，“大肠肿瘤病友俱乐部”不仅为病友们搭建起一个抱团取暖的“活疗”平台，更是一个传递爱与希望的港湾。

3 早筛早诊很重要，最好40岁时做一次肠镜

在我国，肠癌发病率总体呈现上升趋势，成为高发癌症中排名第三的杀手。

“由于大肠癌早期症状不明显，很多人出现腹胀、腹痛等肠梗阻症状，甚至便血时，已到了中晚期。”陈继贵教授说，从突变细胞发展为肠癌，约需10至15年，其中任何一个阶段发现并切除，治愈率在95%以上；一旦拖到中晚期，5年生存率仅50%。这一现实令陈继贵教授及团队很揪心，“如果筛查关口前移，死亡率会大大降低。”

自2004年起，武汉市第八医院启动大肠肿瘤筛查项目，至今已有20

年。专家团进社区、农村、厂矿、高校，组织义诊和讲座，足迹遍布全省的筛查点，掌握湖北省大肠肿瘤患病率的一手资料，并全力推动全省大肠癌的早筛、早诊、早治。

因此，陈继贵教授一再呼吁，大家要重视大肠癌早筛。“肠镜检查是结直肠癌筛查的‘金标准’。”他建议，如果有家族疾病史等高危因素，最好将肠镜年龄提前至35岁，正常人群最好40岁时进行一次筛查，如果结果正常，则可8年后复查，“只有早期发现，才能避免悲剧发生”。

另外，改变生活方式、保持健康饮食尤为重要。陈继贵教授建议，平时饮食要注意优质蛋白质的摄入，多吃时令蔬菜、水果，不偏食，适量摄入坚果和乳制品，保证食物的多样化；戒烟，远离二手烟；避免大量饮酒和高频率饮酒；控制体重，避免肥胖、糖尿病、高血压，适量进行体育锻炼。

如果出现了大肠癌的早期预警症状，要及早就医。如莫名腹痛、排便习惯改变、大便形状有变化、气味有异常，或者带血、带脓液等，都要引起重视。

据《楚天都市报》

82年前烈士留下的照片修复了

本报讯(奔流新闻·兰州晨报记者 欧阳海杰)近日，河北肃宁县退役军人事务局迁移在雪村战斗中牺牲的烈士遗骸过程中，发现其中一名烈士双臂抱在胸前紧握一张年轻女性的照片，这张82年前的照片令无数人动容。4月25日，“央视新闻”发布了由TR美术工作室修复后的照片，照片上的女子端庄秀丽，眼睛炯炯有神，众多网友表示“看见照片，忍不住泪目”。记者了解到，其实在4月13日晚，华中科技大学软件学院AI宝贝志愿服务队已经通过人工智能AI技术对照片进行过修复。

“4月13日19时23分，《人民日报》发布消息，在迁移雪村战斗牺牲的烈士遗骸过程中，发现一位烈士牺牲前双手还紧紧握着一枚小圆镜，小圆镜内夹有一张年轻女子的照片，82年

过去了，或是恋人，或是妻子，或是其他亲人，照片中的女子一定是这位烈士最为牵挂的人，同时也成为了确定烈士身份的重要线索。”华中科技大学软件学院AI宝贝志愿服务队负责人盛建中说，当日20时50分，志愿服务队接到公益组织人员求助，“求助者希望能够修复烈士遗物中女子的照片，并通过找到照片里的年轻女子，协助确定烈士的身份。”在收到求助后，团队连夜通过AI技术修复了烈士遗物照片。

“当时修复完，感觉和原照片很相似，烈士的亲人应该和烈士一样，有精气神也有英气。”盛建中说，因为没有原照片，只能从报道中截图修复，“整体修复后的女子英姿飒爽。”

盛建中也仔细看了TR美术工作室通过PS技术修复出来的照片，“人

工合成的照片很美观，但缺少了一种英气。”

盛建中介绍，华中科技大学软件学院AI宝贝志愿服务队自2021年清明节《人民日报》发布消息为100位烈士寻亲以来，已成功修复68位烈士照片，并将52位烈士修复照片做成小视频，其中42位已成功寻到亲人。“我们服务队就是希望运用AI技术帮助更多烈士修复照片，让英烈永驻世间，让英雄的精神垂青万古，永存不灭。”

记者从肃宁县委宣传部获悉，当前，在“央视新闻”的协助下，复旦大学科技考古研究院相关人员已进驻肃宁县退役军人事务局，对烈士遗骸DNA进行鉴定，“目前官方也没有授权任何单位对照片进行修复，这张照片是否具有权威性，需要复旦大学专家来鉴定。”肃宁县委宣传部相关负责人说。



AI修复前(上图)、后的照片对比。
央视新闻截图