

体检查出的“结节”一定会癌变吗

正值第29届全国肿瘤防治宣传周,肿瘤相关话题成为关注焦点。近些年,不少人在体检中被查出“结节”,一些人还为此提心吊胆,担心有癌变风险。到底什么是结节?结节一定会发展为癌症吗?如何防治结节?记者就此进行了采访。



▲李德志正在开展甲状腺结节科普讲座

▲中国医学科学院肿瘤医院山西医院的专家下乡义诊

新华社记者 马晓媛 摄

结节检出率呈上升趋势

山西太原市民白先生最近做了一次体检,体检报告显示甲状腺有结节。“一下就蒙了,不知道结节是个啥。”白先生找周围人问了一圈,有人说结节没大事儿,十个人里八个有结节,也有人说结节一不小心就是癌,得赶快做手术切了。“好几天心里都不踏实,准备去医院挂号问一问。”

近年来,像白先生这样查出有结节的人不少。近日,美年健康集团发布了其2022年度体检大数据蓝皮书,其中显示,肺结节检出率达54%、甲状腺结节检出率47%、女性乳腺结节检出率为31.5%。爱康集团一份关于武汉市体检人群的健康报告显示,从2019版到2023版报告,乳腺结节的检出率增加了12.77%。

记者采访多位专家了解到,体检报告上的“结节”并不是疾病名称,而是一种影像学描述性术语,仅仅代表通过影像检查在身体上看到了“小团块”,而组织增生、炎症、良性或恶性肿瘤,都可能是造成“小团块”的原因,近年来结节的检出率

确实呈现上升趋势,但这一现象存在多方面原因。

“随着现在生活节奏加快、生活压力加大,一些人形成了不健康的生活方式,比如晚睡晚起、暴饮暴食、运动不足、睡眠不好等,加上人口老龄化的因素,使得一些结节和恶性肿瘤的发病率持续上升。”中国医学科学院肿瘤医院乳腺外科副主任医师、中国医学科学院肿瘤医院山西医院乳腺外科主任齐立强说。

大众体检意识增强也是结节检出率提升的重要原因。齐立强说,过去人们大多有了明显症状才去就医,现在随着健康意识不断提升,越来越多的人积极参与体检和癌症早筛,也就有越来越多的疾病在早期被发现。

此外,检出率提升也与检测水平提高有关。中国医学科学院肿瘤医院山西医院胸外科主任廉建红说,近年来CT、B超等检测仪器的精密程度日渐提高,医生的经验也不断增长,使得更小的结节也能被检出。

结节一定会发展为癌症吗?

很多人体检发现结节后,会联想到癌症,那么结节一定会发展为癌症吗?多位受访专家告诉记者,只有极少数结节会被确诊为癌症,绝大多数时候都无需过于忧虑。一种说法是,在大多数情况下,结节和癌症之间的距离,就像是小学生考虑“上清华还是上北大”这么远。

记者了解到,包括肾、肝脏、卵巢、子宫在内的各个器官都有可能发现结节,但实际检查中,有三大结节最为常见,分别是甲状腺结节、乳腺结节、肺结节。

中国医学科学院肿瘤医院头颈外科主任医师、中国医学科学院肿瘤医院山西医院头颈外科主任李德志说,从临床实际情况来看,B超检查下来可能有20%~30%的人检出大大小小的甲状腺结节,而在这些检出结节的人群中,最终确诊为癌的概率可能在2%~4%，“如果刚开始确诊是良性结节,最后变成恶性的概率是极低的,一

般都不用太担心。”

齐立强表示,根据国家癌症中心的统计,2020年我国乳腺癌新发病例数约42万例,而乳腺结节的检出无法实现完全的统计,但实际来看查出结节的患者最后确诊为癌的比例非常小,可能100个人里有1个或者不到1个。“虽然乳腺癌已经成为全球第一大癌,但是发病率仍然只有十万分之几十,总体上概率并不高,不需要过于恐慌。”

廉建红表示,随着检查精度的提升,越来越多肺结节在很小的时候就被发现,都是比较早期的,没有必要特别紧张,一般在8毫米以下的结节都以随访观察为主,如果大小或者成分有变化再做处理。“现在门诊上,我劝病人不做手术的时间比劝病人做手术的时间还多,其实从结节发展到癌的比例还是很低的,不必要谈结节色变。”

全国肿瘤防治宣传周活动 公益发放《肿瘤康复与药膳》书籍

2023年4月15-21日是第29届全国肿瘤防治宣传周,为响应中国抗癌协会关于全国肿瘤防治宣传周活动的号召,提高全民肿瘤防控意识,帮助肿瘤患者科学饮食,改善生活质量,江苏省健康产业研究会将在活动期间向肿瘤患者公益发放《肿瘤康复与药膳》

(ISBN 7-81050-527-0)一书。

本书详细阐述了:哪些食物容易诱发肿瘤?治疗期间吃不下饭怎么办?哪些食物有助于提高免疫力?一系列肿瘤患者最关心的问题。书中整理了种类丰富的药膳食疗方,原料易得,操作简单,对肿瘤患者的康复非常有益。

▶ 领取热线:025-86892317

(数量有限,先到先得,送完为止)

肿瘤患者和部分特定人群 可免费领近千元破壁灵芝孢子粉

本届肿瘤防治宣传周,国家癌症中心制定了筛查与早诊早治技术系列指南和标准,继续扩大肿瘤筛查与早诊早治覆盖面,促进癌症防控“关口前移”、重心下沉。做到早发现、早识别,营造全民防治肿瘤的良好氛围,提高市民的健康意识。

为积极推动国家提倡的关口前移理念,发挥中医药优势,构筑保健的基本防线,中国中药协会中药新技术专业委员会特开展“科学防治肿瘤”公益活

动,凡确诊一年内的肿瘤患者可免费领取3瓶破壁灵芝孢子粉,凡是有以下症状:肺结节、肠息肉、慢性萎缩性胃炎、乳腺增生、肝硬化、宫颈柱状上皮异位、甲状腺结节、乙肝、交界痣、粘膜白斑的市民,可免费领取2瓶破壁灵芝孢子粉。需要提醒的是:每位患者终身限领一次,不重复赠送。

领取热线:025-83223132

通讯员 陈静

结节不可怕,正确预防和治疗是关键

近年来,因其多发性、年轻化,结节频频登上社交媒体热搜,很多人关注到情绪对结节的影响,一些网友留言调侃:“别人生气我不气,气出结节无人替。”

记者了解到,对于结节的发病机制,目前还没有完全明确,很多结节和恶性肿瘤的发生都受多重因素的影响,如遗传、激素水平、饮食、生活习惯等。多位专家都谈到,健康的生活方式对于预防疾病十分重要。“生活规律、注重睡眠、科学饮食、戒烟戒酒、多多锻炼,让身体和心理都维持一个比较健康的状态,是预防疾病的有效方式。”廉建红说。

定期体检有助于及时发现早期潜在疾病,便于尽早采取措施。专家们建议,45岁以上成年人应当每年做一次肺部CT检查,最好是薄层CT扫描;40岁以上女性每年做一次乳腺彩超,每两年做一次乳腺钼靶检查;普通人群最好每年检查一次甲状腺。

结节和肿瘤的治疗应当交给专业人士。李德志等专家表示,一旦体检查出结节,应当首先找一位专业的医生,让医生来判断结节是良性还是恶性、应当如何处理,“该观察的观察,该手术的手术”,在专业指导下开展相应治疗。

据新华社

专家提醒

癌症是可防、可筛、可治的慢性疾病 防癌体检是早期发现癌症的重要途径

4月15日至21日是第29届全国肿瘤防治宣传周。中国疾控中心慢病中心专家提示,采取包括健康教育、控烟限酒、早期筛查在内的积极预防和规范治疗等措施,对于降低癌症的发病率和死亡率具有显著效果。同时,防癌体检是早期发现癌症的重要途径。

国家癌症中心最新统计数据表明,我国癌症的新发病例数约为每年406万,癌症仍是危害人民生命健康的重大疾病。《健康中国行动——癌症防治实施方案(2019-2022年)》提出要强化预防为主、防治结合,着力于控制癌症危险因素,降低我国人群癌症发病风险。同时,强调早诊早治和规范诊疗的重要性,积极促进癌症的早发现、早诊断、早治疗。

“癌症是可防、可筛、可治的慢性疾病。”中国疾控中心慢病中心研究员李剑虹表示,早期癌症的治愈率明显高于晚期,防癌体检

有助癌症早发现。专业的防癌体检是代价较小、痛苦较少、值得提倡的筛查方法。

专家介绍,防癌体检不同于一般的健康体检,特指肿瘤专家结合体检者的自身情况和个体需求,做相应部位的防癌检查。例如防癌体检,体检时注重肺部CT检查;怀疑有胃癌或有高危胃癌家族史的病人,可重点做胃镜检查;肛门指诊是普查直肠癌的简单方法,长期便血或者大便秘结者必查。

选择个体化防癌体检、改变不良生活方式、密切关注致病因素、接种疫苗预防部分癌症、选择正规医院接受规范化诊疗……为更好向人民群众普及防癌、抗癌科学观点,中国抗癌协会2022年发布“中国癌症防治十大建议”,从认识、预防、早筛、诊疗和康复环节推动广大群众更科学、更理性地认识癌症,积极做好预防。

据新华社