

“结节”一定会发展为癌症吗?

不少人在体检中被查出“结节”,甲状腺结节、乳腺结节、肺结节最常见,但专家表示,不必谈结节色变,结节变成恶性的概率极低

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。

新华社健康时报

结节检出率呈上升趋势

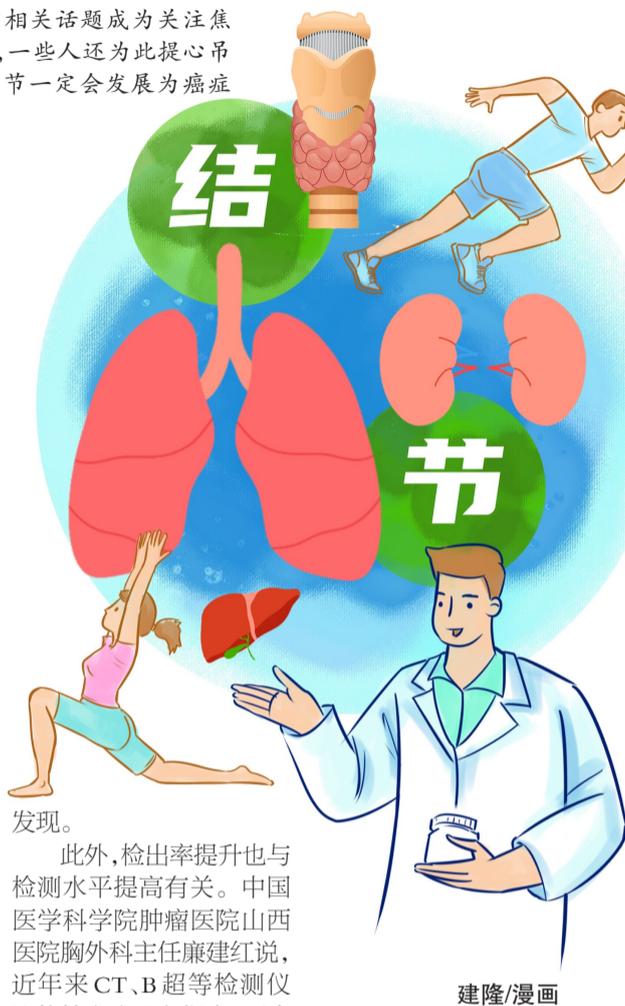
山西太原市民白先生最近做了一次体检,体检报告显示甲状腺有结节。“一下就蒙了,不知道结节是个啥。”白先生找周围人问了一圈,有人说结节没大事儿,十个人里八个有结节,也有人说结节一不小心就是癌,得赶快做手术切了。“好几天心里都不踏实,准备去医院挂号问一问。”

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%,甲状腺结节检出率为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,而是一种影像学的描述性术语,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,比如晚睡早起、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



建隆/漫画

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。

小贴士 这些结节别过度担心

甲状腺小结节:定期复查即可

上海市胸科医院呼吸内科副主任医师胡洋2022年在《健康时报》刊文指出,我国甲状腺结节患者中八成以上属于甲状腺组织增生和退行性疾病,不是肿瘤。还有部分桥本甲状腺炎合并结节等情况,也属于良性结节。只有大约10%的结节是恶性的。

对于良性甲状腺结节,不影响美观,又无憋气及吞咽困难的话,基本可以不用处理,定期进行体检、甲功测定和超声检查,每年随访

1次,持续至少3~5年。

肺微小结节:不需担心不需吃药

胡洋医生指出,肺结节问题可以说已经是个社会问题,甚至不少人查出1~2毫米的肺结节后还咨询,会不会是肺癌?

5毫米之内的结节为微小结节,发展为恶性的概率低于1%,尤其是多发实性微小结节基本上是良性的。肺微小结节不需要担心,不需要吃药,吃药一般也不会让结节消失,定期随访复查就行了。

这些囊肿别过度担心

胡洋医生2021年在《健康时报》刊文,囊肿是一种良性包块,虽然带“肿”,但不是肿瘤。

肝囊肿:一般不会癌变。肝囊肿一般不会癌变,且不会影响肝功,九成都是良性的。所以只要肝囊肿没有导致身体不适都可以不作处理,但建议每6个月做B超复查一

次,观察囊肿大小变化。

肾囊肿:小于5厘米不用治疗。肾囊肿以单纯性肾囊肿较为多见,绝大多数单纯性肾囊肿为良性,恶变几率微乎其微。如果肾囊肿小于5厘米,且没有给患者带来任何症状,不必治疗,一般6个月复查B超观察其变化即可。

不必要谈结节色变

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%的人会发现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,但实际上来看检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分之几,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。”

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榜,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。”

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。

来长乐下沙海滩过夏沙音乐节

5月1日、2日举办,游鸿明、熊天平将亮相

海都讯(记者 刘文辉) 5月1日、2日,在福州海滨旅游区下沙海滩,2023夏沙音乐节将如期举办,游鸿明、熊天平、王贰浪、蓝光乐队……这些一流音乐节的常客都将亮相现场。

据悉,此次音乐节现场还设置了互动打卡区、互动休闲区、亲子互动海洋区等,为市民游客带来好玩、好听、好吃的多重体验。

出行方式上,自驾车从长乐滨海收费站/漳港收费站出高速口,定位“长乐滨海体育中心”。地铁出行,可乘坐地铁6号线到达万寿站,通过接驳车等抵达下沙海滩。高铁出行,可乘坐高铁至长乐东站后,打车至下沙公园。

据悉,长乐滨海体育中心将开设两个出入口,分别有两个停车区,届时将有工作人员引导。音乐节举办期间可能会出现道路拥堵情况,自驾人员请将车辆停放在附近指定停车区域。

据主办方相关负责人介绍,本次夏沙音乐节将通过丰富且有创意的音乐嘉年华,积极打造“文化+音乐+旅游”的经典活动品牌。

此外,除了音乐节,5月的下沙还有更多惊喜。5月20日,福州海滨旅游区王母礁片区,将有宋制集体婚礼、婚品潮流市集、国风音乐汇等,众人共同见证有情人终成眷属。净海清沙行活动,围绕“海洋保护”进行主题创作,并将邀请全国优秀设计师、艺术家加入本次创作。艺术活动包括环保向沙行等。下沙沙滩首届沙雕艺术节以“梦栖滨海 踏浪追风”为主题,由国内知名艺术家手工制作,沙雕作品包括:武夷山、土楼、镇海楼、罗星塔及长乐文化人物等。

活动期间,除了有固定游乐环节外,还将借助不同主题,将民俗文化、海洋知识科普、自然保护等内容结合,寓教于乐,加深市民对福建省海洋文化的认同感、对环境保护的责任心,扩大活动影响力的同时,提升活动的内涵和深度。