

# 体检查出的“结节”一定会发展为癌症吗？

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。

## ▶ 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。“一下就懵了，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，而是一种影像学的描述性术语，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。

齐立强说：“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，没必要谈结节色变。”

## ▶ 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。”

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。

新华社记者马晓媛

数据显示

2018—2020年

我国共有121145名儿童和青少年被诊断为癌症患儿

在儿童中

排名前三位的癌症依次为

42.33

/百万

白血病

19.59

/百万

中枢神经系统肿瘤

11.54

/百万

淋巴瘤

在青少年中

排名前三位的癌症依次为

30.39

/百万

恶性上皮癌

和黑色素瘤

30.08

/百万

白血病

16.75

/百万

中枢神经系统肿瘤

Fantastic Graphics

CFP 供图

## 早诊早治 防治结合 疾控专家提示重视防癌体检

新华社北京电 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显示，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。例如防肺癌体检，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，长期便秘或者大便习惯异常者必查。

选择个体化防癌体检、改变不良生活方式、密切关注致癌因素、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。

顾天成 李恒

## 数据 恶性肿瘤患者5年生存率提升近10个百分点

在全国肿瘤防治宣传周活动启动仪式上，一组数据被再次提及——恶性肿瘤患者5年生存率由十年前的30.9%提升至40.5%。

国家卫生健康委有关负责人表示，我国癌症防治体系进一步完善，肿瘤登记、癌症筛查和早诊早治全面推进，整体诊疗能力显著

提升，总体癌症5年生存率不断提高。

国家癌症中心主任、中国医学科学院肿瘤医院院长赫捷表示，未来还要形成和不断优化居民与患者全人群覆盖、个体生命全周期管理、全社会各界共同参与的多层次、立体化肿瘤防治体系。

据新华社