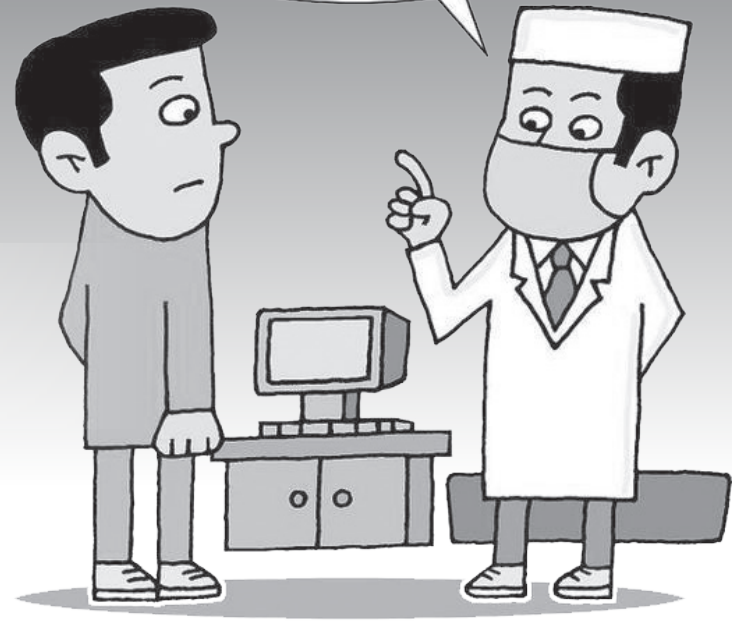


# 体检查出的结节 一定会发展为癌症吗？

预防甲状腺结节  
应注意科学饮食和情绪



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

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



李德志正在开展甲状腺结节科普讲座 新华社记者 马晓媛摄

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

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，但实际上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。”

## 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。（据新华社）

# 2023年宝鸡市“禁毒杯”文艺作品征集大赛启事

主办单位：宝鸡市禁毒委员会办公室 宝鸡日报社

为了提升宝鸡全国禁毒示范城市模范效应，进一步增强全市禁毒宣传教育工作社会化成效，推进美丽宝鸡建设，宝鸡市禁毒委员会办公室、宝鸡日报社联合举办2023年宝鸡市“禁毒杯”文艺作品征集大赛活动，现面向全市社会各界和广大青少年征集作品，提高社会关注度和全民参与度，共同营造全社会积极参与的禁毒宣传教育氛围。

## 大赛主题

### 共享禁毒成果 共建美丽宝鸡

围绕禁毒主题，内容健康向上。参赛作品可用新颖的角度和构思创作，讲述身边发生的令人震撼、触动性强的人和事，阐述禁毒的重要性和必要性，抒发珍爱生命、远离毒品的美好愿望，营造绿色安全的无毒环境。

## 参赛项目

本次活动面向社会各界和青少年广泛征集摄影、短视频(含手机拍摄、电脑动漫)、书法、绘画(含漫画)、诗词、散文等文艺作品。

## 参赛人员范围

本次大赛分成人组、青少年组两大组别评选。成人组为我市社会各界群众参赛，青少年组为全市在校大中专院校学生(含宝鸡市各类职业技术学院)、中小學生参赛。

## 时间安排

作品征集时间  
4月19日起至5月31日  
网络投票时间  
6月5日9时至6月19日16时

## 颁奖展览时间

6月26日

## 作品征集要求

1. 摄影作品：彩色黑白均可，符合主题要求，提交不低于5MB电子文件，组照须由作者自行拼接，每人提交作品数量不超过5幅(组照按1幅计)。
2. 短视频作品：视频(含动漫)时长3分钟以内，原视频格式为mp4，分辨率1080p、25fps以上，横屏拍摄，符合拍摄内容要求，主题鲜明，传播正能量。
3. 书法、绘画作品：书法、绘画(含漫画)作品需提交电子版(扫描件或照片)发送至投稿邮箱。(获奖作品需将原件在指定时间内提交组委会，颁奖现场展示。)
4. 征文类作品：参赛作品题目、文体不限，字

数500-800字(诗歌、童谣体裁字数不限)，内容紧扣主题、健康向上，具有较强的思想性、可读性和普遍教育意义。

5. 所有征集作品要求原创，作品所涉及的版权、肖像权、名誉权等法律责任均由参赛者本人负责，严禁抄袭，一经发现取消参赛资格。

本次比赛稿件一律不予退回，对于获奖作品，主办单位有权公益宣传使用。

## 投稿方式

投稿邮箱  
bjjdw@vip.163.com  
所有参赛作品发送电子版至投稿邮箱。各类参赛作品，须标明组别、类别，成人组参赛作品须注明题目、作者姓名、联系方式；青少年参赛作品须注明学校、班级、姓名、

年龄、联系方式等详细信息。(例如：1. 成人组+类别+作品标题+姓名+联系方式；2. 青少年组+类别+作品标题+姓名+学校+年龄+联系方式等)

## 评选奖励

1. 作品评选  
作品初审：大赛结束前，对所有报送作品进行把关初选，选取优秀作品，提交组委会进行联评。  
网络投票：在宝鸡禁毒官方微信搭建参评作品投票平台，宝鸡日报新媒体同步转发投票平台。分成成人组、青少年组，摄影、书法、绘画、短视频、征文5大类别，对入围复赛的优秀作品进行展示投票。  
奖项产生：以参评作品投票数量为主要依据，由大赛组委会综合评审

后，确定获奖人员及奖项。

## 2. 表彰奖励

成人组、青少年组分别设以下各类别奖项，获奖者均可获得证书及奖品。

### 一等奖

每个类别1名

每组5名 共10名

### 二等奖

每个类别3名

每组15名 共30名

### 三等奖

每个类别6名

每组30名 共60名

### 优秀奖

200名

对于积极参与大赛活动的学校、企事业单位和社会组织等将设立优秀组织奖。

## 3. 颁奖仪式

6月26日举行颁奖仪式。  
宝鸡市禁毒委员会办公室  
宝鸡日报社  
2023年4月19日

## 巨一广场 周五周六 招聘会

主管部门：渭滨区人力资源和社会保障局  
指导单位：宝鸡市就业促进会  
宝鸡开放大学  
主办单位：宝鸡市忠信人力资源有限公司  
宝鸡市护理行业协会  
宝鸡开放大学主城区成教招生办

4月28日启动

联系电话：  
13659279085

## 注销公告

宝鸡市金曼机械设备有限责任公司申请注销，注册号：610301100022070，请有关债权人、债务人于本公告见报日起四十五日内前来办理相关事宜，逾期不办，责任自负。

联系电话：13772700957

宝鸡市金曼机械设备有限责任公司  
2023年4月19日

## 挂失 以下证件遗失，现声明作废。

- \* 罗海龙丢失残疾人证，号码为：61032219840613331962。
- \* 陕西省宝鸡市眉县齐镇上庙村村民委员会丢失开户许可证，号码为：J7935000036801。
- \* 冯爱花丢失身份证，号码为：610303195605221220。

- \* 眉县齐镇甘刚商店丢失烟草专卖零售许可证副本，号码为：610326100152。
- \* 梁慎言丢失身份证，号码为：61030219380901202X。
- \* 孟世祥丢失身份证，号码为：610302193712022010。
- \* 杨秀英丢失残疾人证，号码为：61032119630423362042。

公告专栏 服务热线 3273352 法律 吴智丰律师 13309174321 顾问 程建兵律师 13992732277