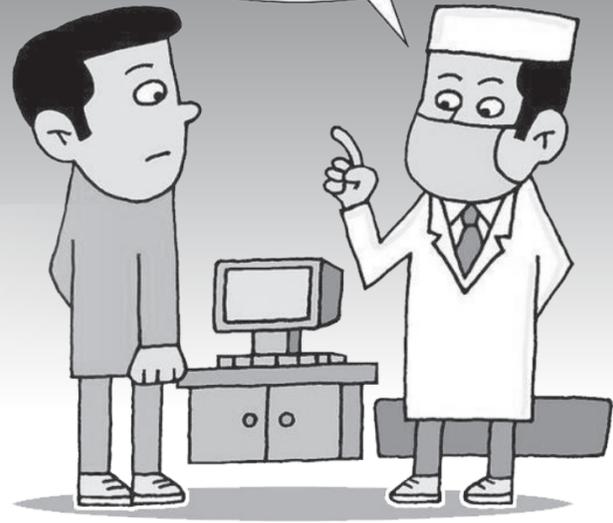


体检查出的结节 一定会发展为癌症吗？

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%的人查出大大小小的甲状腺结节，而在这些查出结节的人群中，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作处理。“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