

2023/11/24

星期五

健康周刊

JIANKANG ZHOUKAN

编辑:单峰 组版:肖竹益 校对:汤蕾

90%以上肺结节不会有问题

全球肺癌关注月:请勿谈“节”色变

目前,肺癌是我市发病率和死亡率排名第一的恶性肿瘤。谈及肺癌,很多人首先联想到自己体检报告上的肺结节。目前,在市区各大医院,每天因肺结节就诊的患者络绎不绝,但其中真正有问题的不到10%。今年11月是第23个“全球肺癌关注月”。专家呼吁,市民应正确对待检查出的肺结节,既无须过度治疗,也不要放任不管。随着肺癌逐渐进入“慢病管理”时代,我们无须谈“节”色变,也无须谈癌色变。

多数肺结节无须过分干预
有些患者可以终生随访

“肺结节不用过分担心,听从医嘱,按时复查随访就可以了。”前不久,在市肿瘤医院肺结节门诊上,前来随访的张女士(化姓)主动宽慰一旁的病友。而在5年前,她和大多数肺结节患者一样,十分焦虑。

44岁的张女士在2018年体检时发现了“右下肺磨玻璃结节”,直径约6毫米。她来到市肿瘤医院,找到胸外科副主任樊恽辉,要求手术切除,以绝后患。

“我们发现张女士处于严重的焦虑状态。一方面,害怕结节不及时处理会‘突然’长大;另一方面,又害怕手术带来伤害。”问诊过程中,樊恽辉还发现,张女士通过网络到处收集肺结节科普资料并“对号入座”,拿着影像资料到处打听,备受煎熬。

面对张女士的焦虑,市肿瘤医院胸外科联合影像科专家会诊,经读片分析,患者结节密度均匀、形态规则,大小也仅踩到“警戒线”,综合分析结节相对“安全”,建议随访。然而,张女士仍坚持手术。

根据患者心理压力大的现状,医护人员决定采用3至6个月的随访频率,及时“监控”肺结节的变化。经过两次随访,高分辨率CT对比,发现结节形态稳定,未有发展。在“真相”面前,张女士的焦虑明显改善。经5年随访,患者肺结节的形态、密度等均未有变化。如今,张女士早已放下心结,遵医嘱规律随访,回归正常生活。

“其实,劝肺结节患者暂缓手术要花更多精力并承担更多责任。但我们始终坚持严格把控手术指征,让病人少吃‘冤枉刀’。”樊恽辉坦言,每逢坐诊肺结节门诊,他大部分精力都要花在给肺结节患者做心理疏导上。

目前,樊恽辉的肺结节患者中随访时间最长的已达8年,结节大小依旧稳定。“面对肺结节,要战略上藐视、战术上重视。低危肺结节甚至可以终生随访。”樊恽辉表示。

和樊恽辉持同样看法的,还有市一院胸外科主任许一鸣。“心胸外科的日常门诊中,有一半的患者是因为发现肺结节来就诊的,但其中真正有问题的不足10%。”他呼吁,市民检查出肺结节后不要过分焦虑,做到规范就诊、听从医嘱、科学随访。



市肿瘤医院开展肺结节多学科会诊。

查出肺结节别置之不理
出现咳血或已是肺癌晚期

凡事有度,过犹不及。对待肺结节,也是如此,既不能过度治疗,也不能放任不管。

33岁的金萍(化名)一年前体检时发现肺部有一个直径为1厘米的实性肺结节。由于工作较忙,平时没有不适症状,金萍没有遵医嘱随访,等到开始咳血来就诊时,癌细胞已转移到淋巴结,失去了最佳手术时机。

在影像学上,肺结节分为实性结节和亚实性结节两类。“虽说小的实性肺结节恶性概率不高,但是对于直径超1厘米的较大实性肺结节,趋向恶性的可能性较大。”许一鸣强调,如果医生判断是高危的肺结节,就一定要引起重视。因此,查出肺结节后遵医嘱随访非常关键。一旦在随访中发现异常变化,应提高警惕,尽早治疗。

“肺结节不等于肺癌,但是体检报告中如果出现:‘结节边界不清,分叶、毛刺’;‘结节大小大于等于8毫米’;‘伴有实性成分的磨玻璃样结节’;‘密度不均匀,实性成分高’等字眼时,一定要警惕!”许一鸣提醒,肺癌发病隐匿,早期肺癌多数无明显症状,一旦出现咳血等明显症状,往往可能已是癌症中晚期,因此肺癌又被称为“沉默的癌症”。

“对于肺结节精准治疗的前提是精准诊断。”樊恽辉认为,医生的责任是运用好诊治的尺度,给病人制订合理的随访或者治疗方案,既不会过度治疗,也不让患者由早癌变晚癌。他透露,市肿瘤医院胸外科每年开展600多例肺癌手术,术后病理检查几乎都是恶性肿瘤,“严控术后肺结节病理检查的良性率,开真正急需开的刀,把微创技术用到刀刃上,这是我们的职业操守。”

肺癌进入慢病管理时代
谈节或谈癌色变都不可取

今年是肺癌患者李忠(化名)坚持治疗的第7年。上周,他照例来到市一院肿瘤科复诊。2016年3月,57岁的李忠由家人抬进市一院肿瘤科就诊。由于肺癌发生骨转移,彼时,他已经不能直立行走了。经过肿瘤科、介入科、胸外科等多学科会诊,医院为其制订了6个周期的化疗及骨转移灶放疗方案,他的病情很快得到控制。后续,多学科团队又根据他的病情进展再次活检及基因检测,制订精准的靶向药物、肺部病灶放疗等个体化的治疗方案。经过近40次住院和近百次门诊复诊,如今的李忠病情稳定,整个人重获新生。

“目前,早期肺癌的治愈率、中晚期肺癌的长期存活率都很高。”市一院肿瘤科副主任、主任医师杨莉介绍,随着医疗技术的进步,肺癌已逐渐进入慢病管理时代。得益于创新靶向药物、免疫治疗手段越来越多,以及医保政策的支持,肺癌患者的生存期显著延长,中晚期肺癌“走向治愈”也将越来越有希望。从这个意义上说,市民无需谈“节”色变,同样无需谈癌色变。

在我市,像李忠这样回归正常生活的肺癌患者并不鲜见。63岁的金前夕从发现肺癌至今已经过去17年了。手术切除肿瘤后,她按照医嘱随访,至今仍未复发。“肺癌的康复一定要有一个良好的心态,如果别人不提,我早就忘记自己得过癌症了。”金前夕说。

“随着人口老龄化的加深,肺癌患者可能会越来越多,但长期存活、带瘤生存的患者也会越来越多。”杨莉强调,肺癌防治,筛查先行。定期体检非常重要,推荐50岁以上高危人群每年进行肺部低剂量螺旋CT筛查,做到早发现、早治疗。

本报记者冯启榕

本报见习记者朱颖亮



定期奉献“名医访谈、医疗活动、健康科普”等精彩视频

秋冬季如何护肤

19日下午,围绕“内调外养,告别秋日‘危’肌”这一主题,在新一期“健康中国我们行动——南通分站暨健康大讲堂社区行”公益讲座上,市一院皮肤科主任医师范向华、中国营养学会营养健康顾问马琳应邀开讲。



扫一扫看视频

医周健闻

预防接种家长课堂

宣讲竞赛举行

接种医生精彩开讲

晚报讯 17日,2023年南通市预防接种“家长课堂”宣讲竞赛市级决赛在市疾控中心成功举办。

本次活动由市卫生健康委主办,市疾控中心承办。通过全市10个县(市、区)前期组织初赛,选拔出17名选手参加本次决赛。此次竞赛旨在进一步向广大市民宣传好预防接种在控制疾病中的重要作用,搭建接种单位与家长零距离沟通的良好平台,提升基层预防接种工作人员职业素养。

从2015年开始,我市各儿童预防接种门诊陆续开设了预防接种“家长课堂”。今年年初,我市建立了“孕妈宝妈预防接种必修课”线上教育平台。线上加线下的预防接种家长课堂对提高儿童家长预防接种知识知晓率、认同感和依从性,对进一步提升我市预防接种服务质量和免疫规划疫苗接种率起到了极大的推动作用。

经过激烈比拼,最终,如皋市如城街道卫生所陆显军荣获一等奖,如东县岔河卫生所季维维、通州区城区卫生服务中心陈钰获得二等奖,启东市第三人民医院徐光艳、崇川区幸福街道社区卫生服务中心孙蓓蕾、启东市第五人民医院倪炜炜获得三等奖。

通讯员顾晓红 记者冯启榕