

健康话题 本期:肺结节

近年来,越来越多人... 显示有肺结节。大多数人的第一反应都是:“啥!什么是肺结节?难道是肺癌?我是不是得癌症了?平常怎么一点反应都没有?”到底什么是肺结节?它有哪些症状表现?我们又该如何预防和治疗呢?6月15日,记者采访了区中西医结合医院呼吸与危重症医学科主任蒋飞,请他进行了解答。

体检发现肺结节 科学对待莫纠结

◎记者 王灿

近日,家住草街街道枫木村的王女士在年度体检中发现自己患上了肺结节,王女士有些诧异:“我去年都没检查出肺结节,怎么今年突然就有了?这个肺结节危不危险啊?”

肺结节有良恶性之分 首次筛查出的肺部小结95%以上为良性

“肺结节,影像学表现为直径小于等于3厘米的局灶性、类圆形、密度增高的实性或亚实性肺部阴影,可为孤立性或多发性,不伴肺不张、肺门淋巴结肿大和胸腔积液。”蒋飞说。根据肺结节大小不同,可将直径小于5毫米的结节称为微小结节;直径5~10毫米的结节称为肺小结节;直径11~30毫米的结节称为肺结节。

早期肺结节一般无明显症状和体征,如果结节不断发展,患者可能会出现呼吸不畅、

胸闷气短、睡觉时易被憋醒、咳嗽频繁、肺部损伤导致咳中带痰甚至咳血、乏力发虚汗、身体疲惫、出虚汗、食欲下降、味觉退化等症状。

部分患者对肺结节的了解不多,蒋飞说,他偶尔会遇到患者拿着体检报告来问:“我这个肺结节是不是肺癌呀?”其实,肺结节可以分为良性结节和恶性结节。其中,良性结节是指非恶性肿瘤引起的肺结节,如肺部长期受吸烟、空气污染等影响所致的炭末沉着;结核或其他炎症,或者胸部曾受过外伤,引起肺部淤血的后遗症;肺部良性肿瘤等引起。

恶性结节又分为早期肺癌(如腺癌或原位腺癌),以及由其他部位恶性肿瘤转移至肺部形成的肺部转移瘤。一般来说,恶性结节的恶性程度是肿块>实性结节>磨玻璃结节>微小结节,毛刺征、胸膜凹陷征、血管穿行征、空泡征等都是危险征象。

蒋飞说:“首次通过体检或肺癌筛查项目做胸部CT发现的肺部小结,95%以上都为良性。根据肺结节的大小来看,直径小于5毫米的小结节,其恶性的可能性小于1%,不用过于紧张和担心,定期做CT检查观察它的变化情况即可。5~8毫米的肺结节,恶性概率在2~6%之间;8~20毫米的肺结节,恶性概率在18%左右。超过20毫米,即2厘米以上的肺结

节,恶性概率会明显增高,可高于50%。但即便如此,也不是所有的结节都是恶性的。”

良性肺小结节一般不需要临床干预 预防肺结节定期筛查很重要

部分患者体检出肺结节以后,总会担忧肺结节会不会长大?需不需要吃药或者手术治疗?蒋飞介绍说,良性的肺小结节一般不需要临床干预,更不需要外科手术处理。部分结节患者可以在医生的建议下进行抗炎治疗。针对胸部CT首次发现的肺部炎性阴影的肺小结节可以考虑进行抗生素治疗5~7天或7~10天,有明显炎性表现的肺结节阴影抗炎治疗可延长为2周,之后过1~3个月再次复查胸部高分辨CT看肺结节是否已消失。

值得注意的是,对于肺部陈旧病变,特别是高密度的钙化结节不需要使用抗生素。陈旧性病变的结节通常在胸部CT上表现为钙化、密度高,这类结节往往就是岁月在肺上留下的痕迹,就和脸上的皱纹、头上的白发发一样,不需要处理。

目前,针对肺结节最常见的手术方式是肺部分切除,包括肺楔形切除或解剖性肺段切除术。但无论是肺楔形切除,还是解剖性

肺段切除,都会影响病人的肺功能,因此需要严格考虑手术指征及切除方式,尤其是针对有基础病的老年患者。

患上肺结节之后,定期随访很重要,蒋飞告诉记者,一般肺结节患者在第一年內,每3个月做一次肺CT;超过一年以后,没有异常者可调整为半年做一次肺CT;大多数结节在两年內未观察到明显生长,一般可视为良性或低度恶性;随访期间如果结节有明显变化,再根据病情调整方案。

如今,肺结节的发病率逐年上升,人们的重视程度也越来越高。如何预防肺结节成了社会上广泛关心和讨论的话题。蒋飞建议,高危人群,如吸烟或长期接触“二手烟”污染者,长期从事接触煤炭、石油、化工、水泥等粉尘、毒气、辐射者,既往有慢阻肺、弥漫性肺纤维化、肺结核等肺部疾病史者,居住在空气污染严重地区或经常接触,有肿瘤家族史,特别是有肺癌家族史工业废气、汽车尾气、家庭厨房油烟者,应定期筛查。此外,我们还应尽量远离各种环境职业致癌因素;保持良好的心态和健康的生活习惯;远离癌症性格,如长时间爱生闷气、性格郁闷或急躁爱发脾气等;调整好生活的节奏,保持规律的作息、均衡的饮食,避免过度劳累和熬夜,并定期锻炼,提高机体的免疫力。

合川区“脑卒中防治三江减残工程”启动暨培训会举行

本报讯(记者 刘鑫宇)为进一步推进区域内脑血管疾病救治领域关键技术... 7月13日下午,由重庆市卒中协会、重庆市卒中协会青年工作委员会、重庆市合川区卫生健康委员会、重庆市合川区医学会主办,合川区人民医院承办的重庆市合川区“脑卒中防治三江减残工程”启动暨培训会举行,专家教授和一百多名医疗卫生服务者齐聚一堂,共襄学术盛宴。

“急性卒中是导致死亡和长期残疾的主要原因之一,严重危害人类身体健康,我国尤其面临着沉重的卒中负担。减少院前延误是改善卒中患者预后的重要手段,也是当下的研究热点方向。”重庆市卒中协会副会长、陆军特色医学中心张莉莉在启动会上表示,合川区启动“脑卒中防治三江减残工程”,是对国家“百万减残工程”的积极响应和落实,具有很好的超前意识,是一项惠民生的项目。

区卫生健康委党委书记李辉介绍,2021年,区人民医院通过国家卫健委“综合防治卒中中心”评审,宏仁医院通过“防治卒中中心”

评审。我区目前已具备溶栓条件的医院有5家,具备介入取栓条件的医院有2家。希望各医疗机构、医务人员高度重视,根据目标制订适合本单位的实施方案,虚心学习、寻找短板、持续改进,力争把“脑卒中防治三江减残工程”做成我区一张打得响、拿得出的惠民品牌,更好为人民群众身体健康保驾护航。

据了解,2021年12月区人民医院成功通过国家卫健委脑卒中防治委员会“综合防治卒中中心”的评估验收。2022年该院卒中中心累计开通脑卒中绿色通道940人次,静脉溶栓240例,动脉取栓129例。“区人民医院将以此次会议为契机,在区卫生健康委的坚强领导和帮助下,与区域内兄弟医院携手共进,共同建设卒中防治网络,持续优化卒中救治流程,助推卒中学科高质量发展,为建设健康合川作出更大贡献。”区人民医院党委书记罗斌表示。

“什么是脑卒中?”“脑卒中的诊断流程是什么呢?”“脑卒中评估的方法是什么呢?”培训会上,来自陆军特色医学中心、重庆市医科大学附属第一医院、重庆市人民医院、合川区人民医院的专家教授围绕急性脑卒中的诊断



会议现场 记者 刘亚春 摄

与救治相关主题,用丰富的理论实践知识和案例为现场人员进行深入浅出地讲解,为大家带来了一场精彩的学术盛宴。

下一步,希望通过“脑卒中防治三江减残工程”,将“大众科普+精准识别+高效转运+

科学救治+积极康复”的全流程联动工作机制精准实施,依靠各方力量,把脑卒中早期筛查、急诊干预和康复工作做好,助力实现百万减残工程,不断提高脑血管病诊疗水平,推动合川区脑卒中事业迈入高质量发展新台阶。

宏仁医院党支部

组织“红七月·送健康”活动 家访慰问暖人心

本报讯(记者 刘亚春)7月4日,重庆合川宏仁医院党支部开展2023年“红七月·送健康”家访慰问活动。党员专家志愿者先后去到合阳城街道辖区内的四户困难群众家中走访慰问,了解困难群众家庭的实际困难,为他们送去温暖和关怀。

当天下午,党员专家志愿者一行来到合阳城街道利川社区4组困难党员李建明家中。今年77岁的李建明有着58年党龄,

患有严重的糖尿病综合症和腿疾。慰问组将慰问金和慰问品送到他的手中,详细了解了他和家人的身体、生活情况。现场为他和家人做了血压和血糖检查,给予诊疗意见,鼓励他们积极面对生活,早日渡过难关。

合阳城街道将军路社区的困难群众王志成,因前年检查为肝癌中期,因病致贫。在王志成家中,党员专家志愿者送上慰问金和

慰问品,现场为王志成进行病情检查。“我是重庆合川宏仁医院的医生,以后有什么需要可以打我的电话。”重庆宏仁医院普外科主任唐先斌将自己的联系卡送到王志成手中。嘱咐王志成要注意保重身体,保持良好的心态,治疗上医院会积极予以帮扶,帮助他战胜病魔。

当天,慰问组一行还走访慰问了合阳城街道营盘街社区困难群众米贤俊和双场坝社区困

难党员秦文礼,为他们送去了温暖和关怀。

据重庆合川宏仁医院党支部书记、院长胡治凌介绍,医院党支部成立了党员专家志愿服务队,坚持每月两次进乡镇(街道社区)为群众进行义诊、家访服务。行医一方,造福百姓。医院将一直致力于打造“让老百姓看得起病,看得好病的品牌医院”,为老百姓排忧解难,全力满足地区群众日益增长的健康需求。

我区开展结核病防控工作培训

本报讯(记者 王灿 通讯员 向洋)为做好学校结核病防控工作,进一步规范学校结核病筛查和疫情处置工作,减少学校结核病疫情发生,全面提升学校结核病防控质量,7月7日,区教委联合区疾控中心开展了合川区学校结核病防控工作培训。区教委中小学卫生保健所、各镇街学区办、各高完中和在合高校相关负责人参加培训。

培训中,区疾控中心结核病防治科负责人就目前我区学校结核病疫情形势,近三年的新生入学、高二、高三学生体检及密切接触者筛查等情况进行了通报,对学校结核病日常防控及疫情处置工作要点进行解读,并重点强调了结核感染筛查的范围、方式、流程和重要性,以及结核菌潜伏感染者的预防性治疗和医学观察等干预措施。区教委中小学卫生保健所相关负责人对学校结核病日常防控和疫情处置工作进行了更加细致的部署。

本次培训为进一步提升我区的学校结核病筛查质量、更好地推进学校结核病防控工作、早日实现无核校园打下了坚实的基础。

又讯(记者 王灿 通讯员 江莉娜)为实现2035年终结结核流行的目标,进一步推动我区百万志愿者提升行动工作,6月15日,区疾控中心对重庆人文科技学院“南丁格尔志愿宣讲团”和“防治结核志愿宣讲团”开展了结核病防控知识宣传能力培训。

培训中,区疾控中心结核病防治科工作人员向志愿者们讲了什么是结核病、结核病的发病和危害;面对老年人、儿童、糖尿病患者、HIV感染者等特殊群体如何进行宣传;同时对中国志愿服务网的平台操作流程做了详尽地介绍,解答了志愿者们提出的问题。

培训结束后,区疾控中心工作人员和重庆人文科技学院的防治结核志愿宣讲团的核心成员在校图书馆外开展了结核病防控知识宣讲,现场为师生发放了印有结核病防治知识的宣传品。

此次活动通过培训和志愿实践相结合的方式,让重庆人文科技学院的志愿者们更深入地了解到结核病的防控知识和宣传技巧,为后期更好地开展百万志愿者结核病防治知识传播活动提升行动打下了坚实的基础。

我区开展2023年慢性病及其危险因素监测培训

本报讯(记者 王灿 通讯员 赵泽旭)为顺利开展2023年合川区慢性病及其危险因素监测工作,掌握我区慢性病及其危险因素等相关指标,了解我区居民健康状况,规范开展体格检查与问卷调查工作,近日,我区开展了2023年合川区慢性病及其危险因素监测培训。南街街道社区卫生服务中心、云门街道社区卫生服务中心、渭沱镇卫生院、沙鱼镇卫生院相关负责人及参与项目实施的相关工作人员、专业技术人员共计33人参加了此次培训。

培训中,区疾控中心负责人对2023年合川区慢性病及其危险因素监测工作进行了安排;相关工作人员对《2023年合川区慢性病及其危险因素监测实施方案》进行了详细解读,同时阐述了此次项目的重要意义,并对此次项目工作进行了安排和部署,对《2023年合川区慢性病及其危险因素监测实施方案》的系统使用及质量控制等进行了讲解。

本次培训上项目各调查点的工作人员明确了自己的任务和要求,掌握了工作开展的方法和技巧。他们表示,将会认真做好我区慢性病及其危险因素监测的居民宣导、调查对象的预约、集中现场调查、各调查数据及实验室检测数据的收集和保存等工作,为顺利完成合川区慢性病及其危险因素监测项目工作奠定了坚实的基础。

Advertisement for '光盘行动' (Clear Your Plate) campaign. It features a large graphic of a plate with the text '光盘行动' and '拒绝舌尖上的浪费 从我做起'. It includes logos for Hechuan China and various government and social values like '富强民主文明和谐' and '社会主义核心价值观'.