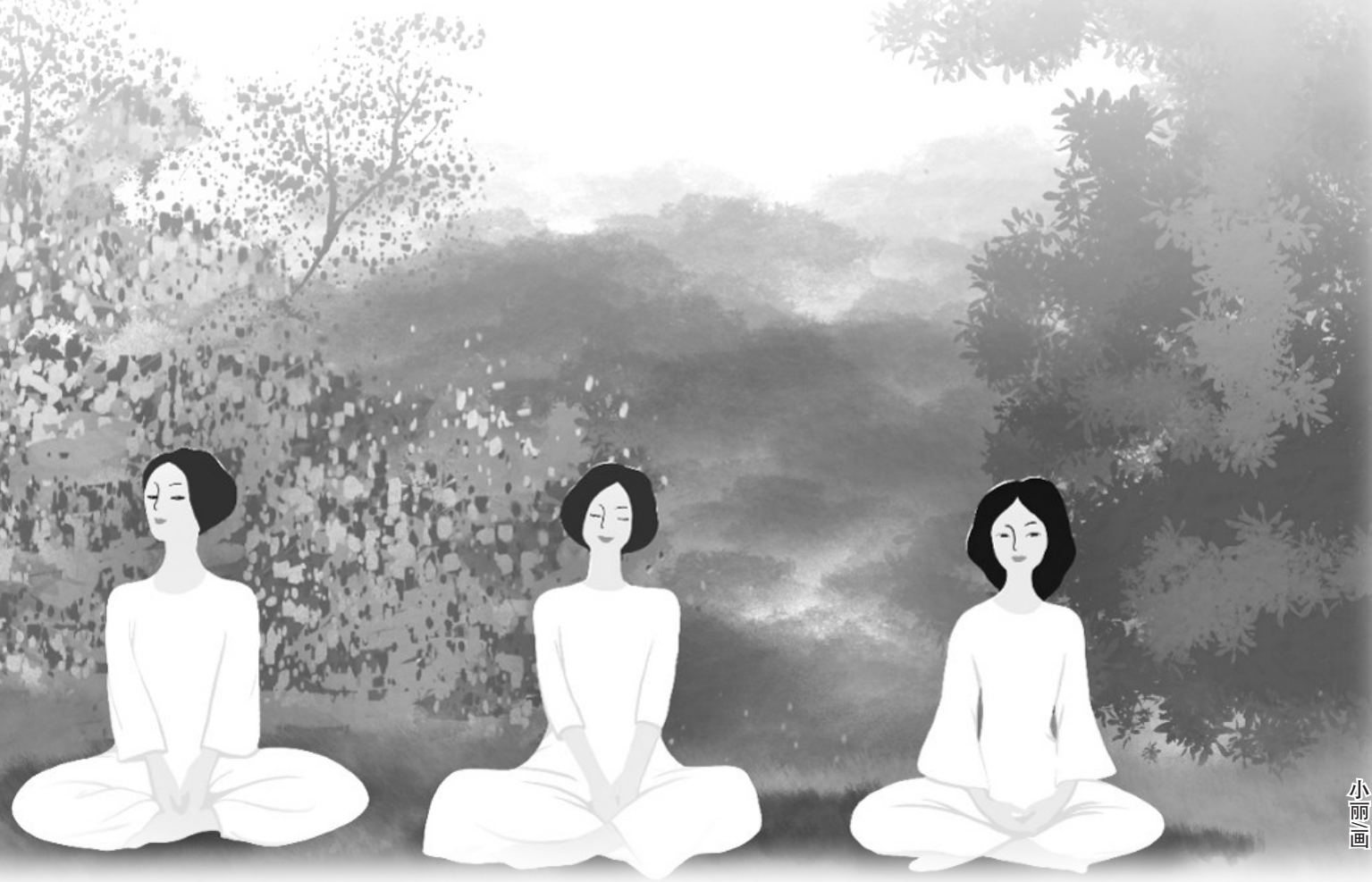


医药观察

甲状腺结节、肺结节、乳腺结节……体检检出结节，会癌变吗

结节检出率呈上升趋势，莫焦虑

结节与癌症相差甚远，因为九成以上的结节都是良性的，需要引起重视的结节只是非常小的一部分，通常低于5%。结节患者要保持心情舒畅，尽量控制、平衡好自己的情绪。



小丽画

中国妇女报全媒体记者 张铮

甲状腺结节、肺结节、乳腺结节……近年来，随着全民健康意识的普遍提升，体检越来越普及。而体检报告上一旦出现“结节”二字，有些人就会寝食难安，担心自己是不是得了癌症。

那么究竟什么是结节？面对这些结节，我们该如何应对？结节距离癌症到底有多远？

结节不是一种独立的疾病，癌变概率非常小

上海市胸科医院住院医师李博斐介绍，结节是一种体积比较小的肿物，稍微大一些的称为包块，可发生于身体的任何部位。它通常是疾病的一种特征或体征，但不是一种独立的疾病。我们体检发现结节时，还需要进一步评估它的性质和危险程度。根据部位不同，可以分为肺结节、甲状腺结节、乳腺结节等不同种类。

肺结节是在影像学检查中发现的肺组织中的异常密度影。它们的形态可以是规则的，比如圆形或椭圆形，也可以是不规则的。

随着CT分辨率的逐渐提高，肺结节的检出率越来越高。其中大多数肺结节是良性的，比如炎症、纤维化的疤痕或陈旧性结核留下来的钙化灶。有一些是肺癌的癌前病变，比如不典型增生。也有少数肺结节是恶性的，即我们所说的肺癌。

2022年2月，国家癌症中心发布的全国癌症统计数据显示，我国每年新发肺癌病例82万人，发病人数在各类肿瘤中位居第一位。近年来，随着影像学技术的进步和人们体检筛查意识的提高，肺结节的检出率逐渐升高。过去三年，胸部CT筛查手段变得更加普遍，进一步加大了肺结节的检出率，越来越多的人发现自己身上长有肺结节。

南方医科大学南方医院胸外科副主任王昊飞教授介绍，肺结节的检出率在普通人群中大约

在20%左右，在高危人群（如40岁以上、有长期吸烟史、肺癌家族史、慢性肺病史、自身免疫系统疾病等）中可达到35%~45%甚至更高。

发现肺结节并不可怕，不同性质的结节，肺癌的发生风险会有所不同。肺结节主要有三大类：磨玻璃结节、实性结节、混杂性结节，结节越大，恶性概率越高。

甲状腺结节是指甲状腺细胞在局部异常生长所引起的散在病变，大多与内分泌系统有关，常常是通过甲状腺超声检查发现。绝大多数甲状腺结节都是良性的，但也有可能是恶性肿瘤。

乳腺结节是女性常见的乳腺疾病之一，通常是由于乳腺组织细胞的增生所引起的。体检发现的大部分乳腺结节都是良性的，比如乳腺纤维腺瘤就与乳腺小叶内纤维细胞对雌激素的敏感性异常增高有关；乳腺囊性增生（又称乳腺腺病），系雌、孕激素比例失调，使乳腺实质增生过度或复旧不全导致；但也有少数乳腺结节是恶性肿瘤。

李博斐总结说，结节就是指在正常器官中出现了原本不应该出现的东西，是不符合正常结构和功能的异常现象。通常情况下来讲，结节癌变的概率非常小。

不同部位的结节，处理方式也有所区别

肺结节。对于年龄大于35岁的低风险成人，直径小于或等于6mm的实性和亚实性结节，通常不需要进一步随访。对于直径大于6mm的结节或多发的磨玻璃结节，建议携带检查资料（必须携带CT胶片）到专科门诊进行咨询。医生通常只对一些随访过程中增大的、怀疑发生恶变的病灶进行手术切除。

发现肺结节后，是随访还是立即手术，王昊飞教授称应由专科医生给出规范化的建议，而对于选择随访的患者，应尽量找一个固定、信任的医生长期随访。“一些结节看起来大小没有变化，但是很多细节需要在电脑动态影像中观察，

医生测量结节密度、形态的变化，还可以捕捉到细微的变化。固定随访，在电脑动态影像中准确测量，对于专家的研判十分重要。”

甲状腺结节。对于甲状腺结节，体检报告一般会标注TI-RADS分类。TI-RADS全称为甲状腺影像报告与数据系统，是用来评估甲状腺结节的危险等级的工具，不同的TI-RADS等级对应不同的恶性概率。

根据TI-RADS分类，甲状腺结节分为5个等级。TI-RADS1级是完全正常的甲状腺组织；TI-RADS2级说明有甲状腺结节的存在，但表现为良性特征，一般无须进一步处理；TI-RADS3级说明甲状腺结节可能是良性的，但存在一定的不确定性，建议进行定期随访。对于TI-RADS4a、4b、4c级和5级的甲状腺结节，医生都会根据结节大小建议进行超声引导下细针穿刺活检明确病理性质。

一般来说，对于活检病理证实是恶性肿瘤的甲状腺结节，医生会建议进行手术切除。对于一些良性的结节，如果结节比较大，出现压迫症状或影响美观，或合并药物难以控制的甲状腺功能亢进症，通常也会建议手术切除。

乳腺结节。对于乳腺结节，采用和甲状腺结节类似的风险等级方法，即“乳腺影像报告及数据系统（BI-RADS）”对影像诊断结果进行记录和分析。

乳腺的影像学检查包括乳腺超声、钼靶及磁共振成像（MRI）检查。由于这三个检查各有侧重点，因此BI-RADS分级结果可能会有所不同。比如对于同一个乳腺结节，超声提示BI-RADS3级，但是乳腺增强MRI可能提示BI-RADS4a级。对于这种情况，医生通常会建议患者至乳腺专科门诊进行进一步评估。

一般而言，对于BI-RADS1级和2级的乳腺结节，通常无须特殊处理，定期筛查即可。对于BI-RADS3级的乳腺结节，良性结节的可能性大，但仍有2%左右的可能性是恶性结节，建议定

期随访或活检。对于BI-RADS 4a、4b、4c和5级的乳腺结节，医生都建议活检明确病理性质。

当我们发现体检报告上出现肺结节、甲状腺结节、乳腺结节这些字眼儿时，不要过分紧张和恐慌，但同时也不能掉以轻心，最好的方法是及时挂专科门诊进行检查和诊断。结节与癌症相差甚远，因为九成以上的结节都是良性的，需要引起重视的结节只是非常小的一部分，通常低于5%。面对结节，大家既不必过度担忧，也别置之不理，放松心情，正视结节，正常生活。

中医认为结节与“气郁质”相关

河南中医药大学第一附属医院的有关专家认为，结节的形成主要与气滞、痰凝、血瘀有关。从中医观点来看，甲状腺结节主要是和情志内伤、饮食及水土失宜有密切关系；乳腺结节是由于情志不遂、忧郁不解、久郁伤肝，或受到精神刺激、急躁恼怒，导致肝气郁结，气机阻滞，蕴结于乳房；肺结节则主要是由于正气亏虚，复感外邪所致。

容易长结节的体质在中医上与“气郁质”有着密不可分的关系，与肝的关系最密切。肝气的疏泄，直接关系到人体气机的升降与调畅。所以看得见的是身体的结节，看不见的是心里的纠结。所以结节患者要保持心情舒畅，尽量控制、平衡好自己的情绪。

首先，药物上可以应用柴胡疏肝散、木香顺气丸、夏枯草颗粒等疏肝理气的中药进行适当调节，平时可以用玫瑰花、陈皮、茯苓、白梅花、佛手等泡水喝。

其次，要改掉不良生活习惯，不过食肥甘厚味，不抽烟、少饮酒、不熬夜。同时注意个人卫生，保持心情愉悦，坚持适度的体育锻炼。

最后，要多到户外运动，坚持有规律的生活，通过丰富多彩的活动促进全身气血运行，精神舒畅有利于郁结的散开。

医药新知

《2023年药品目录》正式执行

国家医保局、人力资源社会保障部组织调整并制定的《国家基本医疗保险、工伤保险和生育保险药品目录（2023年）》自2024年1月1日起正式执行。

此次共有126个药品新增进入国家医保药品目录，1个药品被调出目录。目前，国家医保药品目录内药品总数达到3088种，其中西药1698种、中成药1390种；中药饮片仍为892种。新版医保药品目录新增了抗肿瘤、罕见病、抗病毒等领域的药品。

部分抗癌药、罕见病药零关税

国务院关税税则委员会发布公告，2024年将调整部分商品的进出口关税。

公告表示，2024年1月1日起，我国将对1010项商品实施低于最惠国税率的进口暂定税率。为了保障人民生命健康，以高质量供给满足居民消费需求，对部分抗癌药、罕见病药的药品和原料等实施零关税，降低特殊医学用途配方食品等的进口关税。

新版特医食品注册管理办法施行

国家市场监督管理总局修订发布的《特殊医学用途配方食品注册管理办法》自2024年1月1日起施行。

修订后的管理办法强调特医食品注册以临床营养需求为导向，并制定优先审评审批程序，将罕见病、临床急需新型特医食品纳入优先审评审批程序，引导鼓励企业研发临床急需产品，满足临床病患需要。

《药品经营和使用质量监督管理办法》施行

国家市场监督管理总局公布的《药品经营和使用质量监督管理办法》，自2024年1月1日起施行。《办法》从以下四个方面推动行业高质量发展：

一是强调药品经营企业主体责任，进一步明确药品经营企业法定代表人、主要负责人承担质量主体责任；二是推动药品现代物流规范发展，统一准入标准，明确开办药品批发企业和接受委托储存药品的单位应当具备药品现代物流的相关要求；三是鼓励企业优化仓储资源配置；四是细化药品零售连锁管理要求。（六月）

医药前沿

牛羊的肉和奶中一种物质有助抗癌

美国一项新研究显示，牛羊等反刍动物的肉和奶中有一种物质能激活抗肿瘤免疫细胞，有潜力帮助对抗多种癌症。

美国芝加哥大学等机构的研究人员日前在英国《自然》杂志发表论文说，牛羊等反刍动物的肉和奶中含有一种反式异油酸（TVA），它能增强一些免疫细胞的抗肿瘤活性，从而帮助抵御癌症。

研究显示，患有黑色素瘤的小鼠摄入富含TVA的食物后，肿瘤生长相比对照组受到抑制；在淋巴瘤患者群体中，血液中TVA含量高的人接受免疫疗法的反应更好；对从人类患者体内提取的白血病细胞的实验显示，TVA可提升免疫疗法药物杀死这些细胞的能力。

据介绍，TVA存在于人类母乳中，但人体通常不产生这种物质，其来源主要为食物摄入。虽然TVA有帮助抗癌的潜力，但研究人员不建议人们为此摄入过多肉类和奶制品，因为吃太多红肉可能增加患乳腺癌、直肠癌等风险。研究人员说，可能摄入富含相关物质的补剂比直接吃这些食物更有效。（新祥）

安全用药

用药物治疗孩子情绪问题，家长这样配合

杭州师范大学附属医院儿童青少年心理健康联合门诊 彭岸舒

随着家庭、学校、社会对儿童青少年心理健康问题的重视程度加深，不少儿童青少年在家长陪同下来到医院精神科、心理科就诊，并接受药物治疗及心理治疗。对于药物治疗，很多患儿及家长有各种担心，下面就谈一谈儿童青少年心理问题药物治疗的相关话题。

药物治疗是一种辅助手段

当精神科医生提出有必要进行药物治疗时，向孩子及家长传达的重要信息是：孩子（当事人）已经饱受心理问题带来的痛苦，接受药物治疗是为了帮助孩子改善症状，缓解痛苦，提升生活质量。

我们可以这样想，药物是为了达成目标的一个“配件”，而不是解决问题本身。也就是说，当事人及当事人家庭的改变才是“解决问题本身”，药物治疗作为前期快速缓解痛苦的“配件”，是为当事人及当事人家庭的改变创造有利条件和提供工具。

这也意味着，家长要帮助孩子，配合监护服药，定期带孩子到医院复诊，经常监测血药浓度、肝肾功能等生理指标，并在医生的指导下及时调整药物的剂量与使用时机。

吃药会产生药物依赖吗？

一些家长和孩子害怕吃药，是因为担心吃药会变得与众不同——这代表他们“很奇怪”或“精神不正常”。我们非常理解这种担心，所以在诊疗过程中，医生会以尊重的态度询问：“你是否了解药物对孩子的影响？”这个问题就是为了解大家对药物治疗的担心，并加以澄清。

有些家长在看到可能存在的副作用和治疗周期较长时，就会担心“会不会存在药物依赖”“会不会对孩子的生长发育产生影响”等。而孩子们对此并不担心，他们更渴望通过药物治疗较快地改善症状，帮助他们恢复到以前的状态。这也提示我们，父母的态度对儿童青少年的药物治疗会起到非常大的作用。

任何一种治疗都是获益与风险并存的，并不存在百分之百获益而没有风险的治疗。是否接纳药物治疗，需要考虑药物治疗是否会给孩子带来更大的获益。

如何克服对药物治疗的担忧？

受过SFBT（焦点解决）训练的精神科医生会用以下方式与儿童、青少年及家长沟通用药的问题。SFBT喜欢强调的态度是，药物可以“为”当事人做什么，而不是当事人“被”药物影响。比如：

1. 有任何人（医生、护士、老师、邻居、其他人）向你建议，药物可能对你的孩子有什么作用？
2. 这种药可能对你的孩子有效，这方面你有什么了解？
3. 你的孩子曾服用过哪些有效或没有有效的药物？
4. 药物可能对孩子有用，这方面你有什么想法？
5. 如果这种药物对你的孩子有用，你会看到孩子发生什么改变，然后确定这种药对他有用？
6. 如果孩子变得比较好，你希望他如何改变？
7. 你能想到如何使用药物来帮助你的孩子吗？
8. 当孩子出现何种情形时，你就知道他不需要再吃药了？

通过以上问题，医生和家长共同了解了为什么要帮助孩子服药，孩子服药可以给孩子和家庭带来什么样的帮助以及在这个过程中，医生、家长分别可以做什么？这些具体的回答，能够帮助家长克服对药物治疗的担忧，同时可以在药物治疗中帮助家长发挥积极作用。

当医生与家长达成一致后，开启药物治疗的最后一环，就是与孩子讨论服药问题。我们常常会忽略孩子作为当事人的知情权和认同权，但经验告诉我们，当孩子充分认可药物治疗，并对此有心理准备后，药物治疗会开展得更加顺利。

