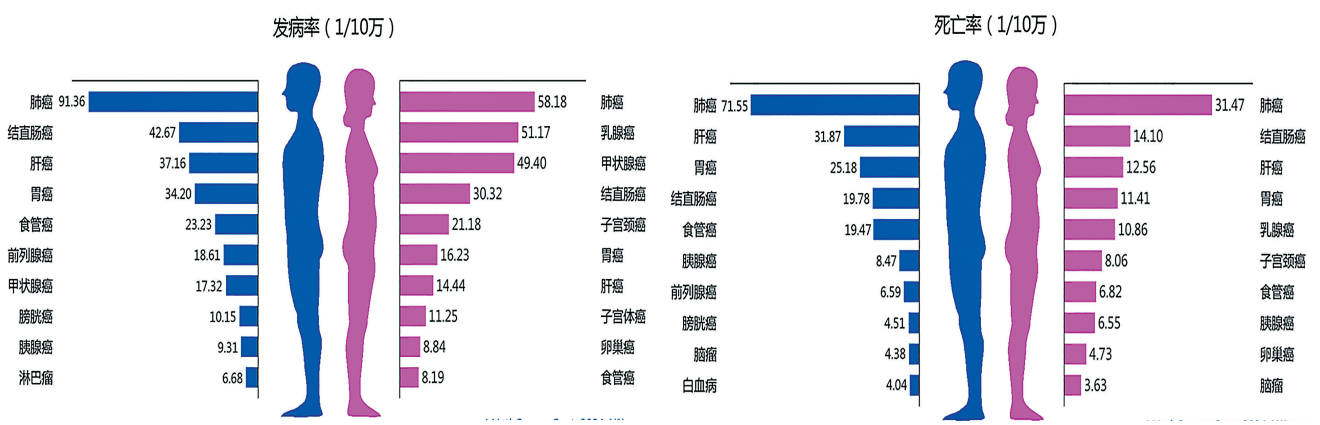
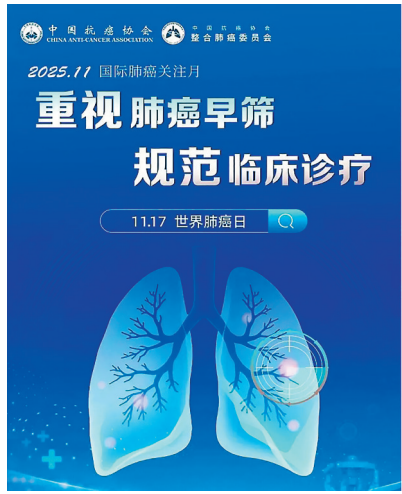


肺结节不是“定时炸弹”

国际肺癌日，专家揭秘：“吃奶的老虎”不可怕

根据国家癌症中心预计数据,2022年我国新发肺癌病例约106.06万,死亡病例约73.3万。肺癌是我国发病率、死亡率“双第一”的恶性肿瘤,被称作“沉默的杀手”:早期症状特别隐蔽,约70%患者确诊时已到中晚期,5年生存率仅15%—20%。但转机在于,若能早期发现并规范治疗,I期肺癌5年生存率能超90%!

每年的11月是“国际肺癌关注月”,今年的主题是“重视肺癌早筛 规范临床诊疗”。11月17日也是“国际肺癌日”,今年国际肺癌日的主题是“突破边界,共创未来”。想远离肺癌,先搞清楚哪些因素会增加风险,再做好预防,这才是关键!



左图:“国际肺癌关注月”官方海报。

上图:数据显示,肺癌是我国发病率、死亡率“双第一”的恶性肿瘤。

普遍现象:超九成肺结节是良性,无需过度担心

江苏省肿瘤医院近日进行专家义诊,积极响应关注月主题,推动肺癌早筛理念深入基层。

在义诊现场,居民们带着各类健康问题前来咨询。针对居民们对肺结节的普遍担忧,李明主任首先给出了一个令人安心的数据。“在正常的成年人当中,发现肺小结节是一个普遍现象,”他解释道,“其来源有很多,但大部分,甚至超过90%以上都是良性病变,可能是一次新鲜的炎症,也可能是一些陈旧性的炎症病灶。”

他强调,发现结节后,首要任务是找专业医生进行甄别和评判,而非自己陷入恐慌。“只有大概10%或更少比例的结节,可能是增生性病变或者早期肿瘤,这类病灶才是我们需要重点关注的。”

专家巧喻:原位癌相对安全,它是“吃奶的老虎”

在义诊现场,不少居民一看到检查报告上的“磨玻璃结节”就感到紧张。对此,李明主任用通俗易懂的方式向大家解释:“很多人看到‘癌’字就害怕,以为是不治之症。但其实,像原位癌和部分微浸润癌,可以比作‘吃奶的老虎’,虽然需要重视,但在专业医生的监测下是相对安全的。”

他进一步说明:“我们要做的是定期观察它的变化。‘吃奶的老虎’不可怕,在它开始想要‘吃肉’的时候,就采取必要措施处理掉,这样既安全,又不会造成过度治疗。如果过早处理,反而可能对

身体造成不必要的损伤。”

生长缓慢:并非“定时炸弹”,遵循规律随访监测

对于那部分需要关注的结节,李明主任用“肿瘤倍增时间”的概念,进一步消除了大家的恐惧。“肿瘤细胞从一个变成两个,两个变成四个,这个‘倍增时间’可能是一年、两年甚至更长。从增生性病变发展到原位癌、微浸润癌,往往要经过很多年。”

他特别用一个巧妙的比喻驳斥了“定时炸弹”的说法:“这和定时炸弹相差很远,定时炸弹一到时间就炸,而肺结节遵循自然规律,是一个缓慢生长的过程。我们只要‘掐好’随访的时间段,就能安全地监控它。”

诊疗关键:破除“没症状就不查”的认知误区

在谈及疾病预防时,李明主任指出了基层百姓最常见的一个认知误区——“没症状就不查”。“很多早期病灶处于隐匿状态,人体是感觉不到不适的。”他提醒,等到出现症状时,病灶往往已造成一定危害。“对于肿瘤治疗而言,核心就是‘早期发现,早期治疗’。”

他呼吁,45岁以上或有高危因素的人群,应树立主动筛查的意识。“查肺就用CT,查胃肠道就用肠镜胃镜。通过针对性的体检,对身体状况进行评估,才能防患于未然。”

高危因素:一定要警惕这几个风险点

烟草暴露(头号元凶):吸烟

包年数≥20包年(比如每天1包抽20年)、戒烟不足15年,或长期吸二手烟、接触三手烟;

环境与职业影响:长期接触厨房油烟、燃煤污染、PM_{2.5}超标空气,或从事石棉、氡、铬等致癌物相关工作;

健康与遗传关联:有慢性阻塞性肺疾病(慢阻肺),或父母、兄弟姐妹等一级亲属有肺癌病史;

不良生活习惯:久坐、熬夜、饮食不均衡、缺乏运动,会降低免疫力,增加患病风险。

肺癌诊治的关键是早发现、早诊断及早治疗,治疗效果与预后取决于肺癌能否早期诊断,因为早期肺癌手术切除的术后5年生存率可达80%—90%。

预防为先:5个“护肺动作”马上做

1. 远离烟草:戒烟是最有效的预防手段,戒烟5年肺癌风险降39%,10年降至吸烟者一半;别在室内吸烟,保护家人免二手

烟;

2. 净化呼吸:厨房装高效油烟机,炒菜油温控制在150℃以下(别冒烟),雾霾天戴N95口罩;

3. 规避职业风险:高危职业者做好防护,定期做职业健康检查;

4. 健康生活:每天吃500g以上蔬果,每周运动150分钟(比如快走、太极),别熬夜;

5. 管理基础病:慢阻肺、肺结核患者要规范治疗,定期复查肺功能。

肺癌的药物治疗包括分子靶向治疗、免疫治疗、化疗及其他药物治疗。

目前公认,分子靶向治疗是近20年来诞生的肺癌药物精准治疗的新手段,对于晚期非小细胞肺癌患者,分子靶向治疗常取得短则数月长则数年的较好效果,免疫治疗也是提高晚期患者生存时间的重要方法。

综合新华社、央视、《健康时报》报道

<p>声明公告 13164692093</p> <p>武汉市女医师协会注销公告</p> <p>武汉市女医师协会(统一社会信用代码:514201005227283811)申请注销,请债权债务自公告之日起45日内到武汉市民政局办理相关手续。特此公告。</p> <p>遗失声明 邱平遗失福星惠誉商业发展有限公司漫时区分公司开具2张收据:logo墙广告位保证金收据编号1609059,金额1000元;logo墙广告位保证金收据编号1609060,金额1000元,声明作废。</p> <p>遗失声明 武汉市七里中学遗失已开湖北省行政事业单位资金往来结算票据(存根联、财政稽查联),代码142040120,号码0002605987,0002606007,0002606023,声明作废。</p> <p>遗失声明 武汉市洪山区康康百货超市(92420111MACFA20L4P)遗失公章、法人章、财务章各一枚,声明作废。</p> <p>遗失声明 恩施州巴东县青山树沟煤矿有限责任公司遗失采矿许可证正本、副本各一份,采矿证号:C4200002009031120009548。</p> <p>遗失声明 解爱爱遗失万科金域蓝湾车位使用协议书一份,车位号5#B049,声明作废。</p> <p>遗失声明 刘文君2025年11月13日不慎遗失身份证件,证号360302198108102015,现声明作废。</p>	<p>遗失声明 本人王燕,身份证号码420117198805120825,是武汉光谷正荣紫阙台一期2栋403业主,因个人原因,遗失权属证明,特此登报。</p> <p>遗失声明 武汉猎邦建筑装饰材料有限公司(代码:91420112MA49FE002T)财务专用章、法人章各一枚,声明作废。</p> <p>遗失声明 武汉如意云仓供应链管理有限公司遗失公司道路运输经营许可证许可证号:420112306815,声明作废。</p> <p>遗失声明 武汉方兴人力资源有限责任公司(代码:914201037646271884)遗失备案公章一枚,声明作废。</p> <p>2025年11月17日</p> <p>遗失声明 湖北一只小蛙科技有限公司(代码:91420100MADJ0KW06Q)遗失备案财务章、法人章各一枚,声明作废。</p> <p>遗失声明 华中中(武汉)中医诊所有限公司(代码:91420103MAEXLM9631)遗失财务专用章一枚,声明作废。</p> <p>遗失声明 湖北金药堂大药房连锁有限公司振兴路店遗失公章、财务专用章、法人私章,声明作废。</p> <p>遗失声明 湖北金药堂大药房连锁有限公司民主路店遗失公章、财务专用章、法人私章,声明作废。</p> <p>遗失声明 湖北金药堂大药房连锁有限公司武泰闸店遗失公章、财务专用章、法人私章,声明作废。</p>
<p>合同到期终止通知书</p> <p>尊敬的南国雄楚广场商铺业主:</p> <p>贵我双方签订了《南国大家装 江南店产权商铺委托租赁管理合同书》(以下称“合同”),约定由贵方委托我司统一租赁及管理贵方位于南国雄楚广场的商铺。上述合同约定的本期管理期将于2025年11月30日到期。我司现依据合同中有关“委托租赁管理期”的相关条款约定:“乙方(即我司)在本合同的初始委托租赁管理期或任何一管理期届满前三个月内,有权单方决定是否解除本合同。……如乙方通知解除本合同,本合同在初始委托租赁管理期限届满或当期之管理期届满时自动终止。”我经慎重研究决定,自2025年11月30日起终止合同,不再进行续签。鉴于此,我特通知您,请您及时与我司联系处理后续事宜。</p> <p>业主名单查询地址:雄楚广场商铺业主信息表,https://www.kdocs.cn/l/ce4t5wMUSxM</p> <p>联系电话:027-83983276</p> <p>武汉大本营商业管理有限公司</p>	<p>遗失声明 武汉领行悦享汽车服务有限公司以下车辆运输证遗失:鄂AD89507、鄂ADF9323、鄂ADF5967、鄂ADF5581、鄂ADF7297、鄂ADG2791,声明作废。</p> <p>遗失声明 姓名余秋霞,遗失(账户卡号100034493254)武汉钢电股权证,声明作废。</p> <p>作废声明 湖北金谷园建设工程有限公司(91420107070545567P)公章、财务章、法人章,因损坏无法使用,即日起作废,特此公告。</p>