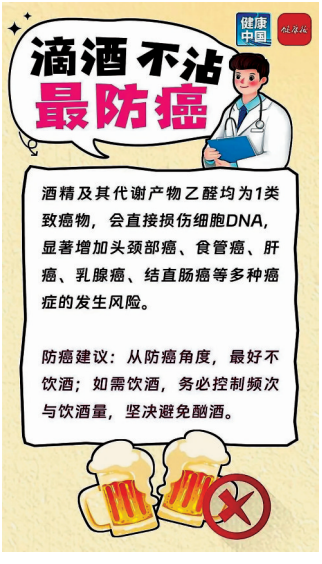
国家癌症中心公布发病前五癌症

肺癌的发病率和死亡率均居首位

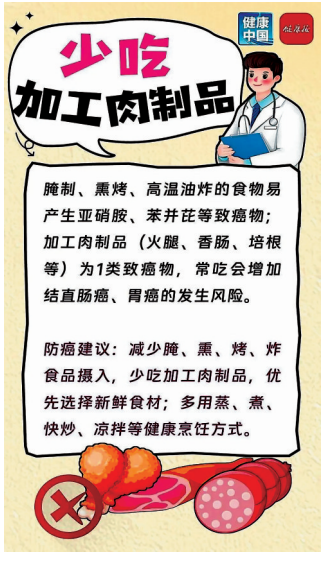
近日，“国家癌症中心公布发病前五位癌症”登上热搜话题。根据国家癌症中心最新发布的数据，2024年全国癌症发病前五位为：肺癌、乳腺癌、甲状腺癌、结直肠癌、肝癌。与2000年全国肿瘤登记年报数据相比，胃癌与食管癌发病率下降，甲状腺癌患病率出现大幅上升。

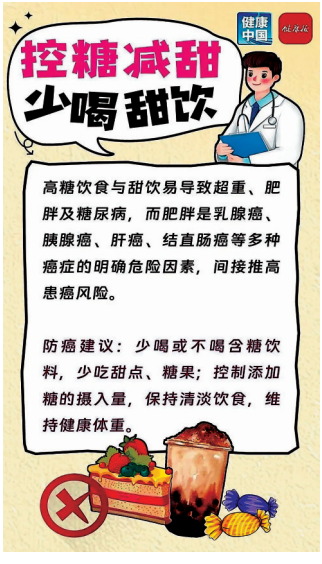
总体来看，因“生活方式主导”的癌症发病谱正呈现上升趋势。针对不同恶性肿瘤的适龄高危人群，优化并实施针对性的筛查与早诊早治策略，坚持预防为主的防控方针，是防控癌症发病的最有效手段之一。











和吸烟的人一起生活也是“高危”

肺癌在全球恶性肿瘤的发病和死亡谱中均居首位，我国亦是如此，尤其是60岁及以上人群，无论男女，肺癌发病与死亡风险均居首位。

上海市胸科医院主任医师韩宝惠提醒，肺癌的发生风险会随着年龄的增长而升高，有肺癌发病高危因素的50岁以上人群应该定期开展筛查。

长期吸烟或被动吸二手烟等多种高危因素可能增加肺癌的罹患风险。很多研究已经证明，每天吸烟20支，连续20年以上的人容易得肺癌；和吸烟的人群在一起生活或在比较密闭的房间中工作超过20年，也被定义为高危人群。

患有慢性阻塞性肺疾病、慢性肺间质纤维化；有毒气、毒物接触史，比如在工作中接触过石棉、氡气等有害的物质至少1年；父母、子女或亲兄弟姐妹等亲属中患有肺癌或其他恶性肿瘤，这些也属于高危人群，建议每年进行一次低剂量螺旋CT筛查，有助于更早地发现可疑病灶，增加早期诊断的机会，从而为后续的治疗争取更多的主动。

乳腺癌呈现年轻化趋势

乳腺癌是威胁女性健康的常见恶性肿瘤之一，近年来呈现年轻化趋势。

不少女性在拿到体检报告时，经常会看到“有乳腺结节”的提示，专家提示，乳腺结节“检出率高”并不等于“恶性率高”，大部分乳腺结节属于良性病变，应根据影像表现和风险评估决定后续检查或随访方案。

北京大学人民医院主任医师刘淼提示，高危人群通常需要更早开始筛查，并根据需要开展进一步检查。“乳腺疾病的高危人群，比如说有一级亲属，如姐妹、母亲等罹患乳腺癌的家族史；做过乳腺手术都算是乳腺疾病的高危的因素。乳腺疾病最常用的筛查，除了常规体格检查之外，还必须借助一些必要的影像检查手段。什么样的患者适合用什么样的检查因人而异。年轻的患者乳腺腺体比较致密，比较适合彩超；年老患者脂肪成分比较多，比较适合钼靶；筛查需要量体裁衣。”

甲状腺癌“爆发式”增长

甲状腺癌在近20年内被认为出现“爆发式”增长，在20~39岁年龄群体中，属于发病率最高的癌症病种，专家表示，甲状腺癌和甲状腺其他疾病报告病例增加，与颈部放射性影像学检测技术在临床和体检中的广泛普及密切相关。

中国医学科学院北京协和医院主任医师李乃适介绍，发现甲状腺结节需要关注甲状腺功能是否正常以及结节的良恶性问题。超声显示低回声或者极低回声结节，结节的形态不规则、结节是垂直位的生长，也就是说纵横比大于1、结节侵犯甲状腺包膜或者侵犯周围组织，伴随着颈淋巴结的影像异常，如果有这些特征，要警惕恶性的可能，建议进行甲状腺穿刺。即使确诊了甲状腺癌，也不是都需要立即进行手术，应该根据医生的建议来选择治疗方式。

40岁以后就要进行肠镜检查

针对结直肠癌，北京大学肿瘤医院主任医师武爱文介绍，肠镜检查是目前预防结直肠癌最核心、最有效的手段，定期进行肠镜筛查可以有效干预癌前病变。

武爱文建议，40岁以后就要进行人生第一次肠镜检查，肠镜检查不光可以发现早期肠癌，还可以发现一些肠息肉和癌前病变。长期吸烟、长期饮酒、体重超重、运动比较少，有肠息肉的病史，有结直肠癌的家族史，都属于结直肠癌的高危人群，应该及早在医生指导下进行早筛。

肠镜检查如果没有发现什么病变，就可以在5年以后进行下一次检查；如果发现了息肉或者癌前病变，建议在1年之内进行下次检查。通过筛查发现的结直肠癌，治疗效果和生存状况有非常明显的改善，多数的患者可以获得长期的生存。

15条健康生活防癌建议

一些朋友可能有过这样的经历，看到体检报告上突然多出“结节”两个字，心里会“咯噔”一下；或者听说身边某位看着挺健康的朋友查出了问题，才意识到，原来癌症离我们并没有想象中那么远。这种紧张可以理解，但不必谈癌色变。国家卫生健康委强调，超过40%的癌症可以通过保持健康生活方式、减少接触致癌物等措施进行有效预防。

今年4月，国家卫生健康委发布《中国防癌健康生活方式守则》，提出了饮食、运动、卫生习惯、科学防护相关的15条防癌建议。

不吸烟，早戒烟，远离二手烟；

保持健康体重，避免超重或肥胖；

坚持科学运动，减少久坐；

少饮酒，不酗酒；

不吃霉变食物，避免长期、高频咀嚼槟榔及其制品；

不吃过烫食物，不喝过烫饮品；

避免过多摄入腌制、熏烤和高温油炸类食物，少吃加工肉制品；

少吃甜食，不喝或少喝含糖饮料；

摄入充足蔬菜水果和全谷物；

不共用牙具和剃须刀等私人清洁物品，聚餐时使用公勺公筷；

做好个人职业防护，避免致癌物暴露；

避免长时间日光暴晒；

保持室内通风，空气污染时减少出行，外出时佩戴口罩；

建议尽早接种乙肝疫苗和人乳头瘤病毒（HPV）疫苗；

提倡母乳喂养。

国家癌症中心、中国医学科学院肿瘤医院癌症早诊早治办公室主任陈万青表示，保持健康体重等手段有助于科学防癌。“肥胖会导致体内脂肪过多，影响激素水平，增加慢性炎症，而这些因素都会提高某些癌症发生的风险，比如乳腺癌、肠癌、肝癌、胰腺癌等。合理的饮食，减少高热量食品，少吃加工食品，多吃新鲜蔬菜和水果，科学的运动都有利于控制体重，可以降低癌症风险。”

综合央视、央广《中国之声》报道

声明公告 刊登热线：13164692093

遗失声明 李翔遗失普通高等学校（武昌职业学院）毕业证书，毕业证编号：1299 0120 1806 2448 21，声明作废。

遗失声明 武汉东风电动创越工贸有限公司经开第一分公司遗失车辆道路运输许可证，车牌号：鄂ADP0327，声明作废。

遗失声明 武汉黄冈商会5142010 0MJH249578E遗失公章一枚（编号：4201050127458），声明作废。

会议通知 武汉妙康丽生物健康产业有限公司（统一信用代码：91420100MA49MK5U4F）现定于2026年11月20日上午10时，在公司会议室召开股东会。会议议题为公司注销并成立清算组等工作。请全体股东准时出席，特此通知。

遗失声明 上海红星美凯龙品牌管理有限公司白沙洲分公司质保金收据遗失：叶翠，芝华仕，收据编号ZY22072700933852、ZY21102800761474、ZY21072700677995、ZY20081200426966，金额合计：38000元。声明作废。

公告

经国家金融监督管理总局湖北监管局批准，武汉农村商业银行股份有限公司友谊大道支行名称变更为：武汉农村商业银行股份有限公司武昌政务中心支行；地址由湖北省武汉市武昌区积玉桥街友谊大道19号友谊国际广场2栋B107B108B109、B207B208B209变更为湖北省武汉市武昌区积玉桥街道新生路12号沙湖之光大厦北楼1楼。现予以公告。

机构名称：武汉农村商业银行股份有限公司武昌政务中心支行

设立日期：2009年09月03日

发证日期：2026年10月29日

机构地址：湖北省武汉市武昌区积玉桥街道新生路12号沙湖之光大厦北楼1楼

机构编码：B1029S242010070

许可证流水号：01209325

发证机关：国家金融监督管理总局湖北监管局