

TOP 养生 | 健康最亮点

防癌体检 防患于未然

项目不以多取胜,重在有的放矢

普通体检能否发现癌症?

严格意义上而言,并没有专门的防癌体检,大多数体检项目都直接、间接与癌有关,都有助于发现癌

很多人都疑惑,普通的健康体检能否帮助发现癌症。“从严格意义上说,并没有专门的防癌体检,大多数体检项目都直接、间接与癌有关,都可能有助于发现癌。”郑州大学附属郑州中心医院大外科主任医师李学民说,“大便潜血可以发现肠癌,尿里检查出血来可能提示着膀胱癌或肾癌,痰里发现异常的癌细胞有助于检出肺癌,简单的肛门指检和前列腺B超也可能检查出直肠癌和前列腺癌。但是所有这些检查都要求仪器有一定的精密度,医生敬

业,是对医生经验技术和责任心的考验,否则很容易错过发现癌症的机会。”

而常规的健康体检在防癌方面有3个局限:首先,很多癌症早期并没有典型的症状或者没有症状,比如肺癌早期的症状就是咳嗽、咳痰,而有抽烟史的人多少都会有这些症状,但当出现胸痛、咳血、高烧不退等症状时,患者多半已是晚期。同时,早期肿瘤的体积非常小,直径一般小于1厘米,如果它在体内的位置还比较深,那么常规体检及影像学检查都很难将其检出。

其次,普通的健康体检人数多,医生像进行流水作业一样,一些不太明显的症状很有可能被忽略。最后,一般的健康体检仅有基础检查项目,如内、外科,血、尿常规,胸片等。这样的体检对个人不具针对性,癌症体征和症状就会成为漏网之鱼。

所以,相对而言,有针对性的防癌体检是一种更专业的体检方式,由肿瘤专科医生通过专业的技术手段和方法对受检者进行全身检查,能够有效发现早期肿瘤或获取受检者的高危因素,从而预防肿瘤发生。

“防癌项目”是否适合每个人?

中老年人、嗜烟者是肺癌筛查重点人群;月经异常、过晚婚育、有家族史、精神压力过大女性应重点进行乳腺癌检查

李学民说:“根据所处年龄,可以选择不同级别的体检。老年人需做一个薄层修复CT和腹部B超,做胃镜前要做胃肠造影等。二级预防可以查出许多早期癌,而早期癌是可以治愈的。”

防癌检查并不是以项目多取胜,关键要有针对性。在防癌体检中,应有专业的医生仔细询问被检查者的既往病史、家族遗传史、生活习惯等具体情况,继

而根据具体情况选择项目,做相应检查。专业的医生应具有丰富的临床诊断和治疗恶性肿瘤经验。“比如简单的肛门指诊,很多体检都会做。实际上一半以上的直肠癌和前列腺异常都能通过手指摸出来。可惜,即使是在防癌体检中,也不是所有医生都具有‘摸出癌’的丰富经验。”河南中医学院三附院肛肠科主任刘佃温说。虽然现在人们对

癌症的认识已经很多,但所有的防癌体检并不适合所有人,男女在体检项目上有区别,男性要特别注意肺癌、胃癌、食管癌、肝癌、大肠癌和胰腺癌的征兆;女性则要注意检查乳腺癌、宫颈癌和卵巢癌。月经异常、过晚婚育、有家族史、滥用雌激素、精神压力过大的女性,则应重点进行乳腺癌检查;中老年人、嗜烟者,则是肺癌筛查的重点人群。

防癌体检能否常做?

PET-CT确实可以发现疑似病变,但辐射量大不宜常做

52岁的马先生是一家公司高管,这几年身边几个朋友都不幸被确诊为癌症,想着自己的生活习惯也不规律,喝酒抽烟是常有的事,因此他也担心自己身体出问题,一年内,他就做了3次高端防癌体检PET-CT,结果3次都正常,这才让他放心。

“我是花钱买安心,有的医院不让我连续做,我换了两家医院,没说实情才做成。”马先生说。不仅如此,他还拉家人、朋友一起做。据了

解,像这样频繁做PET防癌检查的人并不少,大多数都是听说PET-CT犹如生命雷达,可以精准定位肿瘤位置,甚至癌细胞方位。

李学民说,PET-CT确实可以发现疑似病变,还能对疑似病变作出性质分析。而且PET-CT还有一个最明显的优势:可检查全身情况,且可以发现很多隐匿性肿瘤。例如有些肿瘤不能通过正常的CT、MRI(磁共振成像)、穿刺活检等发现,仅仅有淋

巴结肿大或是肿瘤标志物比较高的现象,但却找不到原发病灶在哪里。在这种情况下,PET-CT可以通过一次检查就把“元凶”给揪出来,为这类肿瘤的有效治疗提供了可能。但PET-CT也非万能,有其局限性,一是价格昂贵,做一次全身检查约8000元,不是所有人都能承受。此外,PET-CT最大的风险就是辐射,对人体有伤害,有针对性的每年一次是正常。

感恩节,体检套餐成了许多孝心儿女送给父母的“健康大礼”。送礼的同时他们有疑虑,是不是做个基础体检,项目过关就可以“高枕无忧”。记者采访时专家提醒,癌症的高发,让癌症在常规体检项目中常常成为漏网之鱼。“防癌体检”是否有必要?什么人群需要定期进行有针对性的防癌检查?专家在此给了专业指导。郑州晚报记者 李鹏云

专家建议防癌体检项目(根据个人情况)

病液细胞学检查	涂片找脱落的肺癌细胞
胸部低剂量CT照片	排除肺癌的可能性
直肠指检和盆腔检查	排除妇科癌症和直肠癌。20~40岁的妇女每3年一次盆腔检查;40岁以后每年查一次。40岁以后不论男女每年做一次直肠检查。
乙状结肠镜检查	50岁以上,有亲属患肠癌最好40岁就开始,不论男女每隔一年做一次乙状结肠镜检查,在两次阴性后,改为每3~5年检查一次。
大便潜血试验	50岁以上每年一次,试验前至少48小时不吃有肉类和含维生素C的高纤维饮食。每天收集一次标本(两份),连续3天。试验结果阳性者,应进一步做肠镜检查。
宫颈刮片细胞学检查	我国专家建议,初次房事后三年每年做一次宫颈涂片检查和盆腔检查。30岁后依据风险因素检查,如3次或多次结果连续阴性,可减少受检次数。《美国妇产科学会筛查指南》建议女性“早做,但要少做”,从21世纪起接受宫颈癌筛查,但多数不用每年做一次宫颈抹片检查。
前列腺检查	包括直肠指检,血清前列腺特异性抗原(PSA)测定和直肠超声检查。建议50岁以上的男性每年做一次前列腺癌筛查;有前列腺癌家族史,45岁开始检查。
乳腺自我检查	每月做一次。
乳腺钼靶照相	40岁以后(高危人群可提前35岁)每年一次钼靶结合B超的筛查,35岁以下年轻女性更应首选B超。35~40岁期间应做一次基础乳腺摄影,以作日后对照。
肿瘤标志物	静脉血,有目标再查。
B超	腹部、盆腔、乳腺、甲状腺等。

专家提醒 “揪出”癌症 这些检查有必要

彩超:腹部B超可以反映腹部脏器的状况。

长期大量饮酒者、慢性乙肝患者、肝硬化患者、长期从事化学药剂等工作的高危人群建议每半年进行1次超声检查。另外,妇科盆腔B超检查可以了解子宫、附件的情况。

胃镜:反映食管和胃部情况。消化不良者必查。经久不愈的胃溃疡、长期的慢性萎缩性胃炎患者、胃镜检查发现不典型增生患者需进行长期随访,至少每年一次胃镜检查。

肛门指检:是检查直肠癌的最简单方式。长期便血或者大便习惯出现异常者必查。有结、直肠息肉,结肠癌家族史,腹泻、便秘、便血病史的病人,最好加做肠镜进行筛查。

螺旋CT:筛查肺癌。高危人群应每年进行一次的检查,普通人群早期筛查最好使用DDR拍片而不推荐使用胸透。

超声检查:筛查肝癌。高危人群建议每年进行一次超声检查,必要时进行肝增强CT的检查。

宫颈涂片:检查和盆腔。初次性生活后的3年应开始筛查,每年进行一次宫颈涂片检查和盆腔检查。

乳腺彩超:筛查乳腺癌。20岁至39岁的妇女可做物理检查(触诊),40岁以上的妇女除物理检查外,还应做乳腺彩超检查。

指检和前列腺特异性抗原:筛查前列腺癌。男性从50岁开始做筛查,每年请专业医师进行一次指检和前列腺特异性抗原的检查。