



直播现场。

有了肺结节 该怎么办? 怎样才能 预防肺结节? 这位上海来的大咖 为您“指点迷津”

每到体检季,总有一些市民会在CT检查报告单上看到“肺结节”的字样,很多人第一反应就是恐慌:我为什么会有肺结节?有了肺结节是不是会得肺癌?肺结节到底该怎么处理,要手术吗?怎样才能预防肺结节?……

针对这些问题,6月10日,甬上名医大讲堂首次邀请到了上海专家作解答——当天,上海交通大学医学院附属仁济医院胸外科主任、上海仁济医院宁波医院(宁波市杭州湾医院)胸外科主任赵晓菁教授,做客直播间就肺结节相关话题进行了深入浅出的介绍。

1 肺结节患者越来越多? 与这些因素有关

如今,“肺结节”这个词越来越常听到,那么,肺结节的患者是不是越来越多了呢?赵晓菁教授表示,从门诊情况来看,近年来因为肺结节前往医院就诊的患者确实在增加。这主要与检查技术的进步、环境因素的影响、人们生活习惯的改变等因素息息相关。

“随着老百姓健康意识的提升,很多人都会定期体检。体检时如果检查肺部,目前基本都以CT检查为主,而以往则普遍采用X光进行检查。CT检查发现肺结节的效率十倍于X光检查,所以,很多以前X光没发现的肺结节就这样被发现了。”

赵晓菁介绍道,环境污染和不良生活习惯也会增加得肺结节的风险。比如吸烟、作息不规律、长期从事高污染或高辐射职业等一系列行为,都会让人体更容易产生肺结节。不过他也表示,大部分所谓的肺结节“患者”,其实严格来说,应该算是肺结节人群,而不是患者,因为他们的结节都是低危的。

“早在2019年,我就提出了一个精准预约体系。因为我们前期发现,来医院诊治的大部分肺结节‘患者’,其实都没有多大问题,定期检查即可,尚不需要治疗。所以我们就通过提前筛选,确定真正需要线下诊疗的患者,这样能把医疗资源尽量留给这些患者。通过精准预约体系的筛选,我们发现,真正需要诊治的患者大概只占所有预约患者的五分之一。”赵晓菁说。

2 对于这些肺结节 定期随访即可

赵晓菁教授表示,目前大部分人身上出现的结节,都是一些比较小的结节。

“就肺结节而言,直径在3厘米以下的接近于圆形的结节才是真正的结节,大于3厘米的我们叫它肿块。”赵晓菁说,大多数肺结节,没有任何症状,往往只有发展为大于3厘米的肿块后,才会出现一些相应症状。

“特别是发展为肺癌后,症状会比较明显,比如肿瘤侵犯到胸膜了,可能会出现胸痛的症状,侵犯到神经了,可能会出现声音嘶哑的症状,侵犯到气管了,可能会出现咯血

的症状。目前,体检中发现的肺结节,大部分是没有症状的。”据介绍,肺结节可以分为实性结节和磨玻璃结节两大类,而磨玻璃结节又可以再分成部分实性的磨玻璃结节和纯磨玻璃结节两类。很多人在听到“磨玻璃”三个字时,都会闻之色变。赵晓菁教授表示,其实大部分的磨玻璃结节都不可怕,尤其是密度低的纯磨玻璃结节,90%左右在长期观察中都不会发生任何变化,剩下的10%在长期观察中可能会发生一些大小、密度的变化,但变化极其缓慢,一年随访一次足矣。

3 肺结节发生率比较高 但发展为肺癌的比例很低

据赵晓菁教授介绍,肺结节的发生率虽然比较高,但真正发展为肺癌的比例是很低的。“临床上我们遇到肺结节时,我们都会对它的大小、边界、形态、密度以及它与周围,进行一个专业的、客观的观察和描述,根据这些观察结果,给出相应的处理方案。”

赵晓菁表示,对于低级别的肺结节,即低危结节,医生一般会要求患者进行规律的随访观察,而对于相对高危的结节,医生会通过更加细致的检查和观察,来进一步判断它的癌变可能性,如果癌变可能性大,会建议患者及早切除。“如果肺结节已经发展为肺癌,要根据癌症是早期、中期还是晚期,来采取对应的治疗方案。一般来说,会结合药物治疗和手术治疗的手段来治疗肺癌。比如先进行药物治疗,然后再评估手术的可行性。”

赵晓菁教授介绍道,到了21世纪,随着电子影像系统的发展,包括腔镜技术的发

展——腔镜越来越清晰、手段越来越创新、医生的技巧越来越高超,肺癌的手术治疗已经进入一个微创时代。现在,大部分早期肺癌,都可以通过单孔胸腔镜手术来解决。再结合一些新的辅助技术,医生可以更精准地切除肺癌,同时帮助患者最大程度地保留肺功能。

“还有很多患者会关心——肺结节或者肺癌切除了后还会复发吗?其实,对于纯磨玻璃结节,几乎可以实现100%切除,这也就意味着复发的概率非常低。对于肺癌,通过基因分析等先进手段,也可以进一步判断其复发和转移的概率,以及患者长期生存的概率。”

还有一个现象赵晓菁教授遇到得比较多,那就是一部分肺结节不仅不会长大反而会逐渐消失,其实这些结节是炎性结节,通过正规的抗炎治疗,随着炎症逐步消失,一般都能消失。

4 不但要警惕“二手烟” 还须警惕“三手烟”

赵晓菁教授表示,他们在精准预约筛查中发现,真正入围线下就诊的患者仍以中老年人为主,但年轻人也在不断增加,他提醒:发现肺结节后,普通患者要注意每年随访、观察,以便及时了解结节变化情况,防止耽误治疗。此外,他还表示,无论是否查出肺结节,都可以通过一些方法来尽可能预防结节的产生或恶变。

一个老生常谈的话题是吸烟对肺癌的影响。赵晓菁介绍道,肺癌包括肺腺癌、肺鳞癌、肺小细胞癌等类型,权威研究表明,肺鳞癌、肺小细胞癌和吸烟的关系非常密切,而肺腺癌与吸烟的关系目前还在研究中。

“不管怎么样,吸烟患肺癌的风险肯定比不吸烟高得多。

相比于一手烟,‘二手烟’里所含的致癌物质并不见得更低,现在还有‘三手烟’的概念,也就是主动吸烟者喷出来的烟雾逐步沉积在衣服、被褥、家具、墙壁等上面后又被人吸入,就形成了‘三手烟’。经研究,这个‘三手烟’里也含有大量致癌物质,同样需要引起警惕。”

此外,赵晓菁教授建议:社会层面,应继续加强污染治理。而个体层面则应尽可能减少接触污染,并保持良好的生活习惯,比如规律作息就非常重要。“我们认为睡眠质量差,作息不规律,结合其他一些环境因素,会更容易诱发肺结节甚至肺癌。”

记者 吴正彬
通讯员 陈思言 邹怡