

# 莫恐慌！肺结节≠肺癌

肺结节是否等于肺癌？如何鉴别肺结节的良恶性？9月17日上午9:30~10:30，本报健康热线0551-62623752，邀请了中科大附一院西区（安徽省肿瘤医院）呼吸肿瘤科副主任医师徐轲，与读者交流。

□ 崔媛媛 记者 马冰璐 文/图

## 肺结节不等于肺癌

读者：肺结节是否等于肺癌？

徐轲：肺结节不等于肺癌，在体检中发现的肺部小结节其中大约90%左右都是良性病变，不必过于恐慌，但其中确实有一部分是早期肺癌，因而定期复查是必不可缺的。肺内结节形成的原因很多，有良性和恶性之分。良性的原因包括炎症性假瘤、结核球和真菌感染等形成，而恶性的分为原发的肺癌和肺内转移癌。

## 结合结节的影像学特征等综合判断

读者：如何鉴别肺结节的良恶性？

徐轲：肺结节并不能与早期肺癌画等号，通常发现的实性小结节大部分是良性的，医生在判断肺结节良恶性时，会结合结节的影像学特征如大小、形态、密度等来进行综合判断，同时考虑患者的年龄、职业、吸烟史、慢性肺部疾病史、个人和家族肿瘤史等信息。可以通过以下5个技巧来判断，它是否有恶性可能。1.形态：良性结节一般形状规则；恶性则不规则。2.边缘：良性结节边缘清楚，无毛刺；恶性的边缘有细小毛刺。3.与邻近组织的关系：良性结节与邻近组织无关联；恶性多半与邻近胸膜牵拉。4.胸部其它继发改变：恶性结节可引起淋巴结肿大和胸水；良性则不会有。5.增大时间：良性结节一般不会增大；恶性结节体积增大快。



徐轲，副主任医师，擅长呼吸及危重症的诊治，对肺部肿瘤、肺部感染、慢性阻塞性肺疾病、呼吸衰竭等疾病有丰富的临床经验。

## 大部分结节是良性的

读者：发现肺结节怎么办？

徐轲：大于8mm的肺结节需要到医院进行进一步的诊治和评估肺结节的恶性概率，决定是否需要行HRCT扫描三维重建、PET-CT功能显像、非手术活检、或者手术切除等。小于8mm的肺结节完全不用担心，只要定期复查就可以了。该多久复查呢？根据是否肺癌的高风险人群进行分类，属于高危人群，即3个月复查，否则6个月复查，要更保守一点的话，记住起始3个月复查就可以了。肺结节和肺癌相差甚远，大部分的结节都是良性的，直径小于8mm的肺结节只需要定期随访即可，切不可因此患上身心疾病。

# 当心牙列不齐影响宝宝“颜值”

## 专家：别错过最佳矫正时间

星报讯（杜凌雁 云冈 记者 马冰璐）调查显示，2成3-5岁儿童存在牙列不齐情况，牙列不齐不仅影响呼吸、发音，还影响孩子的“颜值”。9月20日是全国爱牙日，合肥市口腔医院正畸一科副主任医师葛宇提醒，家长莫忽视牙列不齐，别让孩子错过最佳矫正时间。

根据口腔科医生在合肥市陶然居幼儿园等多所幼儿园对3-5岁儿童的口腔健康状况进行的检查结果显示，2成儿童存在牙列不齐的情况。“牙列不齐的表现形式主要有龅牙、瘪嘴、开唇露齿等。”葛宇表示，不少家长存在着牙列不齐不过是牙齿不整齐的误区，“其实牙列不齐危害多多，不仅影响面容，还影响咀嚼功能，导致消化、吸收障碍，严重牙列不齐的还影响呼吸和发音。”

有些孩子喜欢吮指、咬唇，家长大多会以“不卫

生”为由制止，但其实这些不良习惯还会造成牙列不齐，“所以，家长一定要帮助孩子改掉这些不良习惯。”葛宇提醒，家长莫忽视牙列不齐，别让孩子错过最佳矫正时间。

“如果孩子仅有牙列不齐，无颌骨发育异常，最佳的矫治时间应为12~14岁左右，此时第二恒磨牙初萌或尚未萌出。”葛宇表示，如果孩子既有牙列不齐又伴有颌骨发育异常，如“地包天”、脸部偏斜等，应早期发现、早期治疗，一般在儿童3岁半后能够合作即可接受治疗；由于各种因素引起的上颌前突或下颌后缩，临床表现为门牙朝外，俗称“龅牙”，绝大部分孩子是由于上颌过度发育或下颌发育不足引起，矫治的最佳时机应在10~12岁以前。

# 肠管被5厘米大肿瘤堵死

## 医生连夜手术挽回84岁老太生命

星报讯（白寰 记者 马冰璐）近日，84岁高龄的张老太突发腹部剧痛，腹部胀起一个拳头大小的鼓包，被送到家附近一家医院后，医生确诊她为急性肠梗阻，需要立即手术治疗，但由于老人年纪太大，且患有慢性心力衰竭、糖尿病等基础疾病，手术风险极大，接诊医院建议转院。当晚，张老太转入安医大二附院胃肠外科，副主任医师程云生连夜为其手术，挽回老人性命。昨日，记者获悉，经过术后半个月的精心治疗、护理，目前，张老太已顺利出院。

据张老太的女儿介绍，张老太身体一直不太好，患慢性心力衰竭、糖尿病多年，长年服药。“发病当天一早，她说肚子疼，我们立即带她去家附近的一家医院就诊，医生说是肠梗阻，要开刀，进一步检查后医生说母亲年纪太大，身体基础条件差，开刀可能下不了手术台，建议我们转院。”当晚20时，张老太被紧急转送到安医大二附院胃肠外科。

“患者身体消瘦，腹部有一块明显的大包凸起，用手

一碰还四处游走。判断是肠梗阻，必须要紧急手术，再拖下去很有可能造成肠破裂感染而死亡。”胃肠外科副主任医师程云生带领治疗组医生立即完善术前检查，连夜进行手术，“手术风险非常大，但是不开刀，老人必死无疑。”

深夜零点左右，张老太被推上手术台，此时老人的精神状况已经非常差。手术期间，医生发现张老太的结肠扩张非常厉害，直径超过10cm，内充满大便，随时有破裂的风险，降结肠部位发现一直径约5cm的肿瘤，瘤体完全堵塞肠管，程云生医师团队为患者切除了近30厘米的肠管，解除了梗阻。手术非常成功，术后老人被送到医院ICU一病区，两天后转回普通病房，状况一天比一天好了起来，9月11日顺利出院回家休养。

程云生介绍，老年人患上肠梗阻，有些情况不用手术就可以缓解，但腹部痛、胀、呕吐、不排便的症状持续三天以上，大多数都需要手术治疗才能痊愈。老年人一旦出现不排便、腹痛、腹胀、呕吐等疑似肠梗阻症状，要及时到医院就诊。

## 想拥有健康骨骼

### 建议每天至少20分钟日照时间

星报讯（孙玉敏 孙雨静 记者 马冰璐）最近，“全民健康生活方式宣传月”活动走进合肥市岳西新村小区，疾控部门专家提醒，健康的生活方式对身体健康有益，因此，日常生活中，市民尤其是慢性病患者应做到“三减三健”。

家庭生活和在外就餐时，如何做到“三减”呢？专家建议，减盐，使用定量盐勺；少吃榨菜、咸菜和酱制食物；选择新鲜的肉类、海鲜和蛋类，不吃或少吃那些添加了食盐的加工食品和罐头食品；在外就餐时，尽量选择清淡菜肴，此外，减盐要循序渐进，一步一步来。

减油可使用控油壶；烹调食物时尽可能不用烹调油或用很少量烹调油的方法，如蒸、煮、炖等，少用“煎”、“炸”的方式；少吃或不吃油炸食品；不喝菜汤；经常更换烹调油的种类。减糖应做到不喝或少喝含糖饮料，特别是儿童、青少年群体；家庭在烹调过程少加糖；外出就餐适量选择糖醋排骨、鱼香肉丝等含糖较多的菜品。

做到“三健”，首先要维持健康体重、定期测量体重指数（BMI）、维持健康腰围，建议男性腰围不超过90厘米，女性不超过85厘米；其次，想拥有健康骨骼应选择富含钙、低盐和适量蛋白质的均衡饮食，建议每天至少20分钟日照时间、坚持运动、改正吸烟和过度饮酒等不良生活习惯；健康口腔应做到定期进行口腔检查、早晚刷牙饭后漱口、使用含氟牙膏预防龋病等。

## 周六，合肥市滨湖医院有义诊

星报讯（苏洁 记者 马冰璐）9月21日上午8:00~12:00，合肥市滨湖医院血管外科将在门诊大厅举办“下肢静脉曲张及下肢溃疡”大型义诊活动，为广大患者提供疾病咨询、预防、治疗等服务。

同时可为部分溃疡患者提供免费治疗，此次义诊免除挂号费，欢迎有需要的市民预约参加。预约联系人：万医生，电话：15715511991、0551-65759060、0551-65759065、0551-65759066。

## 健康养生

### 局部减脂不科学

局部减脂是不科学的，那些号称能瘦小腿、瘦肚子的局部减脂秘方或产品更不可靠。

以运动减脂为例，在运动时，全身都会动起来，消耗能量也是全身性的。当你只运动某一个部位，只能让这个部位的线条更好看，局部减脂则很难实现，国外许多研究也证实了这一点。

而且脂肪也是一个整体，只能全身按比例地缩减，这也就是为什么女性减肥后胸也跟着小的原因。因此，想要瘦肚子、胳膊等，只能先达到全身减脂，然后再对特定部位进行针对性的训练，起到塑形效果。

另外，要提醒的是，在减脂方面，吃大于练，平时应少吃高糖高脂食品。 □ 据《快乐老年报》

## 图说



近日，“科技大篷车”开进合肥市中央美域小区，居民们争相体验骨密度测试仪、翻转镜像等科普设备。

□ 徐燕 记者 马冰璐 文/图