

体检哪些项目要加上

前段时间,港城市民王女士被查出乳腺有结节,医生建议须进行手术。她非常纳闷,去年体检的时候,明明还啥事没有,为什么一年时间就变成了这样?还有位李女士说,她甲状腺有结节,但是,曾经多少次体检,都没有做甲状腺B超之类的项目,直到有位医生执意让她做,她才去做。其实,日常生活中,类似的情况常有发生。

采访中,记者了解到,如今虽然重视参加体检的人越来越多,但如何正确地选择体检项目,不少人还很“懵懂”。



基础体检不能省 防癌项目要加入

时下,人们对体检的认识越来越普及,但是癌症的发病率还是在增高。这是为什么呢?采访时,专家说体检发现的癌症“不是太多”。原因主要是,很多有价值的检查项目,患者因各种原因限制并没有选择。像我国发病率比较高的几种癌症,肺癌、胃癌、结肠癌等通过现有体检项目,检出率还是很低的。体检专家认为,应在常规

体检的基础上,进行“加餐”,可以根据自己的身体健康状况、年龄、职业等,适当地增加一些防癌体检项目。

基础体检项目指身高、体重、血压、内科、外科、妇科、耳鼻喉、口腔、眼科、心电图检查、腹部超声检查、胸部X光检查、血常规、尿常规、便常规、血糖(空腹、餐后2小时)检测、血脂检测等检查。这些是每年体检

都要查的,不能因为小而不重视。像尿常规检查虽然是小项目,却可以发现肾脏疾病和糖尿病的蛛丝马迹;口腔检查项目虽然小,却能及时发现牙周炎、牙根尖周炎等口腔疾病。

在此之上,要加入防癌体检项目的检查。现在空气污染严重、饮食习惯差,这些不良因素导致癌症高发。所以应该加入一些防癌检查项目。比如男

性要加入前列腺的检查,预防前列腺癌;女性要加入乳腺检查、妇科检查,筛查乳腺疾病、妇科疾病,谨防乳腺癌和宫颈癌;饮食无规律者要加入碳14、胃部彩超的检查,预防胃部疾病;吸烟者要加入肺功能、胸片的检查,预防肺部疾病;预防肠癌的肛门指检、便潜血试验;预防肝癌的肝脏B超、甲胎蛋白等。

首先要考虑是否有家族遗传史

选择体检项目时,首先要考虑自己是否有家族遗传病史,如近亲内家族成员是否有癌症、高血压、糖尿病等家族性遗传倾向的疾病。如果有,即使自己很年轻,

没有相关疾病症状,在体检时要做相应疾病项目的检查。

此外,专家还说,如果有既往病史或现病史的人群,体检时则要围绕这些情

况进行详细的检查,因为这样可以进一步检查该病是否有扩展或者是恶化的可能性。

尤其对于患有肝脏疾病既往病史的人,即使是乙肝

病毒健康携带者,体检时也要再查查肝功、肝脏B超。因为对于乙肝病毒健康携带者,有一部分人有患肝硬化、肝癌的可能,不能掉以轻心。

特殊人群应增加的体检项目

体检项目选择时,除了既往病史外,一些特殊人群,还应增加检查项目。什么样的人应查什么项目?我们听听专家怎么说。

经常喝酒,或是爱吃肉类及油腻性食物,抑或是长期睡眠不足,那么体检时,就要结合不同的生活习惯选择

相应的体检项目。经常喝酒的人,比较容易患上酒精性肝炎、脂肪肝或痛风等疾病。有这类习惯的人,选择体检项目时,要侧重检查肝肾功能。

随着生活水平的不断提高,不少人在吃喝上开始“肆无忌惮”,每天大鱼大肉,结

果吃得膘肥体壮,病也就跟着来了。那么,这样的人在体检时,应该侧重检查哪些呢?对于爱吃油腻食物的人,专家提醒说,他们在选择体检项目要侧重选择有关血脂情况和血液黏稠度的检查项目。

生活节奏快了,生活环境

变了,人们的生活习惯也发生了变化。现在,不少人晚上不睡觉,白天睡不醒,生物钟被弄得完全乱了套。长期睡眠不足、工作压力较大、生活节奏快、饮食不规律,可引起各种脏器功能的病变,这些人群在体检时,选择体检项目,要尽可能全面。

年龄段不同体检项目应不同

体检时查什么,也要看年龄段,不同的年龄段,具体项目也不相同。

对于身体较为健康的中、青年人,体检时只要选择一些常规的体检项目即可。

不过,专家说:“40岁以后,体检时就要侧重选择有

心脑血管疾病的检查项目,诸如心电图、超声心动、经颅多普勒、头部CT等。此外,缺钙及骨质疏松也不容忽视,建议体检时做骨密度检查。”

对于育龄期女性来说,体检时要侧重选择乳腺、子宫、卵巢、阴道等方面的检查

项目。其中,已婚女性尤其要侧重宫颈的检查,及时对自己的宫颈情况进行正确掌握。

40岁后体检项目侧重有变化。正常情况下,40岁以后,每年至少要体检一次。40岁是个重要的分水岭,从这个年龄起,不少疾病开始找上门

来。心脑血管疾病开始高发,建议每半年或一年查一次血压、血脂、血糖,还应做心脏彩色B超、颈动脉B超。40岁以后的烟民,每半年应做一次胸部X线照片或CT检查;此外,每年一次的胃癌筛查也不容忽视。女性45岁以后,每年应查一次骨密度。

小贴士

这些体检项目要了解

CT:风险人群为50岁以上,有吸烟及被动吸烟,有肿瘤家族史,有慢性肺病感染疾病,相关肿瘤标记物持续升高者。

胃镜:风险人群为40岁以上,伴有消化道症状者;45岁以

上人群,反复幽门螺旋杆菌检查阳性者。

肠镜:风险人群为40岁以上,大便隐血试验阳性,以及家属患大肠癌史,本人有癌症史或肠息肉史,或有慢性便秘、黏液血便、慢性

腹泻、慢性阑尾炎者。

肿瘤标志物:风险人群为50岁以上者,前列腺特异抗原PSA适用于男性,CA125适用于女性。

乳腺超声、钼靶:风险人群为35岁以下做乳腺B

超,35岁以上已生育者做钼靶。

糖耐量测定、糖化血红蛋白:风险人群为45岁以上(城市男性人群可适当下调至35岁),肥胖、体重指数大于28,代谢综合征患者。



相关链接

老人定期体检 必须要查啥

年龄不饶人,随着一天天的衰老,步入老年阶段的你。身体的各个系统器官也开始发生了显著的退行性病变,这些悄然的变化会引发各种疾病,危害性和死亡率都是巨大的,老人要定期做身体检查,但是哪些检查是必须的呢?

一、血压测量。这是必须检查的项目。40多岁之后每年至少测量1次血压,高血压就容易被发现,有利于早期治疗,防患于未然。

二、血脂检测。其目的是检查是否有高血脂症。故步入中年后,每年1次的血脂检测不应忽视。

三、防癌检查。人的年龄越大,接触致癌物的几率越多,发生癌症的可能性也就越大。有资料表明,35~50岁年龄组的癌症病死率,已居该年龄组各种疾病死亡的第1位。

四、眼底检查。不少疾病可通过眼底检查而得以及时发现,如观察视网膜动脉是否硬化,可知全身动脉硬化至脑动脉硬化程度。中年人应每年检查眼底1次。对近期发生视物模糊并伴有头痛者,更需检查眼底。

五、甲胎蛋白检测。检查甲胎蛋白对诊断早期原发性肝癌的准确率达80%~90%,原发性肝癌多见于中年人,故40岁之后,应每年检测甲胎蛋白1次。现患乙型肝炎或曾患乙型肝炎者,则应半年检测1次。

六、前列腺检查。人到中年,由于前列腺开始衰退,结缔组织增生,会出现不同程度的退化,甚至产生恶性病变,中年男性尤其要注意。

上述6项身体检查项目,老人最好定期检查。但是也不只限于这些,一定要根据自己的情况加以筛选。