



扫码看更多内容

A12-13

齐鲁晚报

2020年6月21日
星期日

□ 策划：陈玮
□ 美编：马秀霞
□ 编辑：许建立
□ 组版：韩丹

随着胸部CT检查逐渐成为定期体检项目,越来越多的肺部结节被发现。在当今谈癌色变的氛围下,很多人误将肺结节等同于肺癌或者是肺癌的早期表现。很多检查出肺部结节的患者会过分担忧而寝食难安,到处咨询或反复检查,使得许多人患上了“肺结节焦虑症”,把巨大的花费放在了肺部结节切除上。当然也有一部分人“不拘小节”,对肺部结节听之任之,不按照医师的要求定期随访,以至于错失了最佳诊治时机。



从肺结节到肺癌有多远？

正确看待肺结节,过度焦虑和“不拘小节”都不对

齐鲁晚报·齐鲁壹点
记者 韩虹丽

磨玻璃结节是CT检查上的一种表现

作为肺结节的一种,“肺磨玻璃结节”是指由于炎症、结核、霉菌感染、肺纤维化、局灶出血、肿瘤等原因导致肺泡肿胀、肺泡周围渗出水肿、肺间质纤维增生等,使得这个区域的密度高于正常肺组织的密度,从而在CT上表现为“磨玻璃”样。

“烟草中的有害物质,完全会造成气管、支气管、肺泡的损伤。损伤的气管、支气管、肺泡就会出现增生变性,甚至癌变。这种‘变坏’的支气管、肺泡如果用CT检查就表现为肺部磨玻璃结节。”山东省第一医科大学第一附属医院肿瘤中心主任、山东省肺癌研究所所长叶欣说。

叶欣进一步解释,肺部磨玻璃结节是CT检查中的一个非特异性术语,像炎症、结核、霉菌、感染、肺纤维化、局灶出血、淋巴结及寄生虫,当然也包括肺癌等,都可以在CT检查上表现为“磨玻璃结节”,因此,医生们不能根据磨玻璃结节这种表现就诊断出一个明确的病来,只好把许多病的一种表现统称为磨玻璃结节。所以,肺部磨玻璃结节不是一种病,而是许多种疾病在CT检查上的一种表现。

磨玻璃结节包含了多种疾病,既有良性的也有恶性的。通俗地讲就是,像是“好人坏人”都穿上了同一件“磨玻璃样衣服”。

没有特殊症状只因很少累及其他部位

肺部磨玻璃结节一般是在体检时做胸部CT或检查其他疾病时被发现。叶欣表示,患者查出肺部磨玻璃结节大部分为“偶然”事件,同时,因为担心是肺癌的早期表现,所以大部分患者非常紧张。

“肺磨玻璃结节的查出率还是很高的。”叶欣介绍,根据数据CT检查的发病率大约在15%,其中肺癌能占到1.5%。”

患有肺部磨玻璃结节的人几乎没有特殊症状,一般不会出现咳嗽、咳痰、痰中带血、胸痛、胸闷等症状,这是为什么?叶欣解释,“这是因为肺部磨玻璃结节长在肺实质内,很少侵犯和累及到像胸膜、大气管、骨骼等感觉神经丰富的部位,所以一般不会有症状。当然,也会有极少部分人会有轻度的咳嗽等症状,这可能与磨玻璃结节靠近肺门的位置有关。”

除了吸烟、大气污染、环境污染、厨房油烟、房屋装修污染、经常烦闷生气等都是导致肺部磨玻璃结节的重要原因。

比如,经常烦闷生气就会出现“气急”的情绪,“气急”的情绪就会使身体分泌一种皮质激素,随后会出现心率加快、血压升高、浑身出汗、全身颤抖等症状,这些症状又会增加皮质激素的分泌。这种激素在体内积累过多,就会“败坏”我们身体的免疫功能,从而减弱免疫系统识别和消灭癌细胞的“战斗力”。因此,日常生活中除了良好的生活习惯,保持好心情也很重要。

切勿过度治疗记住这句顺口溜

对于肺结节不要过度恐慌,也不能听之任之。有些患者因为过度焦虑和担心,到处咨询或反复检查,浪费大量时间和金钱,甚至部分人忍受着巨大的痛苦,选择了肺部结节切除,往往会出现过度治疗的情况。

据了解,肺磨玻璃结节主要的处理手段是随访观察和手术切除。目前的手术主要是胸腔镜下的微创切除,胸腔镜下的微创切除相对于传统的开胸手术来说是“微创”,实际上不是真正意义上的“微创”,仍存在较大的创伤和痛苦。

还有一种“不动刀子”的微创治疗技术。叶欣表示,微波消融或射频消融是一种比胸腔镜手术更微创的手术,俗称“针眼”手术。肿瘤热消融微创治疗技术是利用CT等影像的引导下通过穿刺,直接针对某一脏器中特定的一个或多个肿瘤病灶进行治疗,通俗地讲就是不用刀而是用“火”烧死肿瘤或用“冷”冻死肿瘤。

叶欣表示,“对于小于5mm的肺磨玻璃结节可以观察随访,建议一年复查一次,不需要特殊处理。”

“八月十五吃实心大月饼”是叶欣为肺磨玻璃结节患者编取的一句顺口溜。叶欣解释说,“八月”是指磨玻璃结节大于8mm要引起注意,一般需要6个月复查一次,如果增大就需要干预治疗;“十五”是指磨玻璃结节大于15mm,一般需要干预治疗;“吃实心大月饼”是指如果原来的纯磨玻璃结节在随访过程中变“实”了,变“大”了,则需要治疗了。

重点解读

从增生到癌变一般分四个阶段

在谈癌色变的氛围下,很多人仅听到“肺结节”这个词就产生了恐惧心理,甚至惶惶不可终日。一般来说,肺部小结节发展到肺癌需要四个阶段:

1.增生期(非典型腺瘤样增生);2.原位癌;3.微浸润癌;4.浸润癌。

增生期和原位癌是癌前病变,不是真正意义的癌症,从增生期发展到原位癌需要一定的时间,从癌前病变发展到微浸润癌是一个漫长的过程。叶欣表示,发现肺磨玻璃结节不一定是癌,一个纯肺磨玻璃结节发展到微浸润癌大约需要5年的时间。因此患者查出肺部小结节不必太过惊慌,但一定要积极配合医生做好治疗,做好定期随访。

叶欣解释说,结节小于3mm一般为良性;结节小于5mm良性居多;结节5—10mm部分为恶性;肺部结节11—30mm恶性居多。

“这是一种人为的划分方法,并不意味着大的肺部结节就一定是恶性的,小的肺部结节就一定是良性的,但是,肺部结节的大小是可以作为恶性和良性的重要参考指标的。此外,这种划分方法也是定期复查的重要参考标准。”叶欣说。



孩子“输不起”?培养应对挫折能力是关键

生活中,很多孩子会出现“输不起”的情况,一遇到挫折,就极度懊恼甚至撒泼打滚。孩子出现这种情绪的原因是什么?

山东精神卫生中心儿童青少年病区副主任医师杨楹表示,孩子出现这种情况,主要与家长的教育方式有关系。

“要知道,孩子现在‘输不起’,将来就赢不了。”想要孩子克服“输不起”的心理,杨楹说,“必须强化孩子应对挫折的能力,让他知道成功不是一蹴而就的,需

要坚持不懈地去努力。”

此外,杨楹表示,现如今,家长们都越来越重视自己孩子的教育问题,如果真的发现孩子因为“输不起”产生抑郁等负面情绪,杨楹表示,应对关键在以下四点。

第一,家长应稳住,不受孩子的影响。孩子情绪不好,家长如果也情绪不好,那么双方都会陷入一个恶性循环,最终两败俱伤。面对孩子的不良情绪,家长应稳如泰山,以不变应万变。

第二,蹲下来,以平等姿态和

孩子交流。青少年阶段是孩子自我形成的关键期,孩子面临着我是谁,我去哪儿的疑惑,外界评价对他们来说很重要,此时,家长如果不及时进行引导,孩子容易走上“假性自我”的道路。家长应该以拥抱、支持的态度给孩子完整宽广的空间。

第三,父母莫把孩子“框”起来。“抑郁的孩子是被压缩的”。有些父母控制能力强,把孩子控制在一个“框框”里,要求孩子好好学习,给孩子规定方向,这样就会

导致孩子变得压抑,失去动力,逐渐走向抑郁。

第四,家长应给予孩子无条件的接纳和关爱。有抑郁情绪的孩子通常都会有自我效能感低、没自信的表现,此时家长应给予包容,给孩子自信和支持。

最后,杨楹提醒,若孩子变成中度抑郁,就应该带其到正规医疗机构寻求帮助,帮孩子走出抑郁这堵不透风的“墙”。

齐鲁晚报·齐鲁壹点
记者 张如意