

体检发现肺结节 需根据影像检查及症状全面评估



在体检报告中,不少人会发现有关于“肺结节”的提示,对此很容易会产生疑问:肺结节到底是种什么病?发现了肺结节,到底是该进一步治疗,还是可以暂时观察呢?对此,河北省人民医院胸外二科张霄鹏主任表示,肺结节的性质多种多样,当体检发现有肺结节时,应进一步明确诊断,让医生根据影像学特征、症状表现、病史及动态随访等综合进行判断,从而采取相应的防治措施。

□本报记者 梁蕾

肺结节的形成受多种因素影响

肺结节是指肺内边界清楚的,直径小于3厘米,周围完全由含气肺组织所包绕的病变。通俗地说,肺上长的东西,大的叫肺肿物(直径大于3cm),小的叫肺结节(直径小于3cm),其中直径5mm以内的结节称为微小结节;1cm以下的结节称为小结节。根据肺结节的密度不同,可将肺结节分成三类:实性结节、磨玻璃结节和混合性结节。

肺结节的形成原因尚不明确,往往认为是多种因素共同作用的结果。像吸烟、环境污染、室内空气污染(房屋装修和汽车)、室内环境霉变、肺部慢性疾病、肺结节家族史等都属于是影响肺结节发生的危险因素。因此,平时就养成良好的生活习惯,对于预防肺结节的发生

是有一定帮助的。例如有吸烟习惯的朋友最好尽早戒烟,避免烟雾对肺部的刺激,这样既保护自己,也能保护身边的亲友。如果在生活中已经存在肺结节发生的危险因素,例如吸烟、肺结节等家族史,则更要重视定期体检,以帮助疾病的早期发现、早期治疗。

肺结节用不用治 需综合评估

随着体检的普及和影像技术的发展,在检查中发现有肺结节的情况并不少见。有的朋友担心肺结节会发展成为肺部恶性肿瘤,为些而焦虑不已。其实,肺结节的性质多种多样,其中有良性的,包括炎性假瘤、错构瘤、结核球、真菌等;有的属于癌前病变,如不典型腺瘤样增生;恶性的则可能是原发性肺癌或肺转移瘤。因此,当体检发现有肺结节时,不要过于紧张,而应及时向专业医生寻求帮助,医生会根据结节的影像学特征并结合规律的动态随

访来判断其良恶性。即医生会对患者进行更全面的诊治,依据CT等影像检查、临床症状、既往病史等各方面表现,对患者的病情进行全面评估。如果考虑肺结节目前良性可能性较大,医生通常会建议下一步治疗方案为抗炎后复查或规律复查;如果考虑目前恶性可能性较大,医生则通常会建议患者进一步检查和治疗。即使是属于恶性病变,早期发现、早期治疗仍可得到较好的预后。

另外,有些患者会在检查中发现有多发性结节,这种情况同样需要及时寻求专业医生的进一步诊治。多数情况下,多发性结节并非是转移性肺结节。转移性肺结节一般指转移性肺癌,是身体其他部位的恶性肿瘤通过各种转移方式转移至肺部。其中,甲状腺癌、乳腺癌、肾癌、骨肉瘤等发生率最高,肝癌、胃癌、结直肠癌、前列腺癌等次之。肺癌也可以转移到肺的其他部位形成转移性肺结节,转移性肺结节与普通的肺结节一般在CT上的表现不太一样,需要专科医生进行鉴别诊断。

暑期配镜 别忽视规范验光 科学选择眼镜

爱尔眼科为清晰“视界”保驾护航

□本报记者 向然

暑假期间,很多受近视困扰的学生都会去配镜,或根据视力检查调整眼镜度数。如果眼镜不合适,轻者影响视力,重者成为眼睛的“杀手”,带来严重后果。那么,如何才能配出视觉清晰、美观大方的眼镜呢?爱尔眼科医院集团河北省区副院长苏鸣教授提醒,要想配出适合自己的眼镜,一定要采取科学规范的验配措施,合理选择镜片、镜框与镜架等。

配镜前先进行医学验光

对于近视,不少朋友存在两个认识误区:一个是只要发现视物模糊,就认为是近视、需要配镜;另一个则是认为选择医院配镜和眼镜店配镜都一样。苏鸣教授对此提醒,医学验光配镜和普通配镜存在本质区别,儿童青少年出现视力问题,要确定是否需要配镜,首先需要进行散瞳。这是因为相当一部分孩子在一开始存在假性近视的可能,并不需要配戴眼镜,只有确定孩子是真的近视的时候,再考虑配戴眼镜。这就需要通过散瞳来辨别。

在配镜前需要进行严格的、规范的验光流程,这并不是测个视力、量个瞳距、增减镜片直到清晰就算完事儿的,只有经过严格的医学验光,进行真假近视辨别,才能辨别出孩子视力的真实情况,避免因不合适的眼镜而导致视力越来越差。

慎重选择镜片、镜框与镜架

一副合格的眼镜除了让佩戴者看得清楚之外,

还要确保舒适和持久。因此挑选眼镜除了个人喜好,更要科学选择镜片、镜框和镜架。

镜片的好坏,往往决定着副眼镜的优劣。目前市场上主要有光学玻璃片、树脂片、MR镜片和PC镜片,其中普通玻璃镜片耐用、价格低、偏重;树脂片和PC类镜片较轻、不易碎;MR镜片较轻薄、视觉长久清晰,相对适合高度数的配镜者。一般来说,不管选择何种材质的镜片,都要尽可能保证镜片偏薄一些,从而减少眼镜对鼻子所造成的负担。

镜框与镜架的选择,总体要求眼镜坚固耐用、轻便舒适。眼镜的整体尺寸主要参考脸的大小,使两眼的瞳孔尽可能在眼镜片的中心位置。在镜框的选择方面,材质应以轻便的钛合金、纯钛为主;为了减轻鼻梁的负重,也可适当选择有鼻托的镜框。同时,镜框的上框不要高于眉毛,下框不要压到颧骨。至于镜架,则要求镜架中心距不能与瞳距相差太多,比如高度近视者要尽量选小框的架子,否则装配出的眼镜镜片边缘会显得很厚。

苏鸣教授提醒,除了配镜讲究科学规范,在佩戴眼镜时,戴镜者也要掌握一些眼镜保养常识,从而让眼睛能够时刻享受清晰“视界”。

爱尔眼科拥有全球600余家分支医院及医疗机构,汇集全球专家团队智慧。中华医学会眼科学分会斜视与小儿眼科学组委员、爱尔眼科集团河北省区副院长苏鸣教授,领衔石家庄爱尔眼科医院视光科,该科云集多名眼科专家,以专业的眼科医疗技术,提供近视、远视、散光、斜视、弱视、双眼视功能等眼病的特色诊疗服务。

▲健康贴士

除湿保健 试试这些汤粥

□本报记者 梁蕾

中医认为湿气可致病,如果本身就有内湿,再感受季节环境所带来的外湿,则可阻滞脾胃,影响脾胃运化,使人不思饮食,或加重风湿疾病等,引起各种不适。因此适度排湿除湿可起到一定的保健防病作用。不过每个人的体质和身体状况都不尽相同,是否需要排湿、如何进行排湿,最好在就诊后听从专业医生的建议,采取恰当、规范的措施进行治疗调节。在饮食方面,石家庄市妇幼保健院名誉副院长戎志斌博士后提醒大家可在平时生活中选择一些具有药食同源作用的食材,煮粥、熬汤食用,例如扁豆粥、薏苡仁粥、荷叶粥、三豆汤等,均可以起到一定的除湿保健作用。

●扁豆粥

配料:粳米250克,白扁豆100克,山药100克。

做法:将粳米、白扁豆、山药清洗后加水适量,共煮成粥。

功能:白扁豆具有健脾化湿、和中止泻的作用;山药可以健脾胃,化湿浊。此粥对中暑所致的吐泻、食欲缺乏等病症尤为适宜。

●薏苡仁粥

配料:粳米250克,薏苡仁100克。

做法:将粳米、薏苡仁清洗后加水适量,共煮成粥。

功能:薏苡仁具有健脾除湿、利水渗湿的功效,此粥适用于任何体质人群食用,有减肥轻身之用。

●荷叶粥

配料:粳米250克,鲜荷叶一张。

做法:将粳米及鲜荷叶清洗后煮成粥。

功能:荷叶具有清热解暑、升发阳气、凉血止血的作用。此粥适用于中暑所致的头昏恶心、腹胀便溏、不思饮食、吐血、鼻出血等病症;同时,荷叶还有瘦身减肥之用。

●三豆汤

配料:黄豆、黑豆、赤小豆适量。

做法:将适量的黄豆、黑豆、赤小豆清洗后煮成粥。

功能:三豆汤可起到清热解暑、健脾利湿的功效,可以预防痱子,缓解各种疥疮、痘疹、湿疹及困乏感。其中黑豆有补肾益精、清热之功效;绿豆有清热解毒、消暑的作用;赤小豆有清热利尿、消肿之功效,三豆煮汤食用可以说是消暑清热的好选择。