

# 体检常见的六种病,都是“纸老虎”

专家认为改变生活方式即可缓解,患者不必恐慌



随着每年体检的深入和大家对健康的重视,对于体检时发现的疾病,许多人会出现两种极端,要么“不怕死”,要么“很怕死”。对此,医学专家认为,掌握基本的医学知识,认识了解一些常见疾病不恐慌,有些病确实就像“纸老虎”,改变生活方式面对它,甚至可忽略它。

## 1 子宫肌瘤

患者:体检查出子宫肌瘤,需要手术切除吗  
专家:肌瘤小无恶变征象,多数时候相安无事

妇产科专家黄秀敏:有的人将子宫中的肌瘤看作是一颗“痣”,子宫肌瘤是一种子宫肌层组织的良性病变,基本上不需要给予任何治疗。只有出现肌瘤生长迅速、月经改变致严重贫血、伴随压迫症状等严重

并发症或肌瘤发生变性,单个子宫肌瘤直径超过 5 厘米,才考虑手术治疗,同时应结合年龄及生育情况等;如果肌瘤比较小,患者无明显症状,而且无恶变倾向,定期随诊观察即可。

## 2 乳腺增生结节

患者:B 超提示乳腺增生结节,担心转成乳腺癌  
专家:女性最常见的乳房疾病,有好心情能自愈

乳腺外科专家杨素梅:乳腺增生结节没必要恐慌,这是女性最常见的乳房疾病,是乳腺上皮和纤维组织出现不同程度的增生,发病率占乳腺疾病的首位,70%的女性都有不同程度的乳腺增生结节,95%的增生只是

生理性的,增生细胞往往到一定程度后就不再继续发展,因此癌变风险小,改变生活习惯,让心情愉悦都可缓解自愈。当然,定期监测增生结节变化也很重要,最好 3 个月到半年做复查,注意有无长大、有无血流变化等。

## 3 甲状腺结节

患者:体检查出甲状腺结节,担心癌变  
专家:绝大多数无症状,95%是良性

外科专家陈战:近年来,随着 B 超技术的进步,连 3 毫米的结节都能看到,因此体检时查出甲状腺结节十分常见。该病好发于中老年人,女性多于男性。如果是 1 厘米以下的甲状腺结节,完全不必担心,95%的结

节是良性,绝大多数无症状不需要治疗。如果结节大小在 1~3 厘米,最好定期复查;如果出现压迫症状、合并甲亢、结节进行性增大、彩超检查结果有异常改变、可疑癌变的就需要手术治疗了。

## 4 骨刺

患者:腰椎拍片发现骨刺,不知与骨质增生有何区别  
专家:骨刺即骨质增生,是人体的一种自我保护反应

骨科专家陈峰嵘:有的人虽患有骨刺,但无临床症状,没有必要求医问药。如果出现疼痛,要治的话就只能治引起骨刺的原发病——骨性关节炎,比如药物可抑制骨质增

生,改善骨关节病变过程,如果骨质增生很厉害,造成压迫神经根或脊髓,关节活动不良等严重症状了,就需要手术处理;如果没有受压就不用手术处理。

## 5 慢性浅表性胃炎

患者:胃镜报告提示慢性浅表性胃炎,需要怎么治疗  
专家:慢性浅表性胃炎就是消化不良,不需要专门治疗

消化内科专家陈建民:胃镜报告中的慢性浅表性胃炎,是最轻级别的诊断,是慢性胃炎中最常见的类型,临床检出率达 80%~90%。这是功能性消化不良或非溃疡性消化不良,并不是胃黏膜真的有了慢性炎症。治

不治看你有没有不适症状。如无任何症状,无须治疗;如有食欲减退、上腹部不适、隐痛、嗝气、反酸或恶心呕吐等症状,则需要对症治疗;比如出现饱胀、恶心、呕吐的人,可服用多酶片、多种益生菌制剂等缓解治疗。

## 6 心脏早搏

患者:心电图报告提示心脏早搏,没症状需要治疗吗  
专家:早搏在正常人中十分常见,没症状不用服药

心内科专家郑武扬:早搏为常见的心律失常,也常见于健康人。情绪紧张、激动、焦虑、睡眠不佳、工作压力大、过多地吸烟饮酒、喝浓茶,均可诱发、加重早搏。如果偶尔体检发现,平时自己没有任何症状,不一定需要服药治疗。如早搏症状明显,影响日常

生活,可在医生指导下进行对症治疗;当然,如果几次动态心电图均提示小时的早搏数量超过一万,因为时间长了可能引起“心律失常性心肌病变”,久而久之可能引发心功能不全,还是存在一定风险的,这种情况下,就建议比较积极地治疗。(何崇梅)