

别把体检报告不当回事儿

身体“年终总结”也得重视起来

又到年底，在做工作的年终总结之余，也该总结一下自己的健康状况。如果说每年一次的健康检查是对身体进行的一次“年度盘点”，那体检报告就是对健康状况的“年度总结”。专家指出，体检汇总了受检者的整体健康信息、各种阳性发现、代谢异常、慢病状况及建议措施、就医指引等，这些内容无论对于纠正不良生活习惯，还是预防治疗疾病都具有重要的指导意义。

粪便隐血、尿检等检查
简单作用大

中山大学孙逸仙纪念医院体检中心陈庆瑜教授介绍，很多检查做起来简便、费用低廉，但作用很大，推荐每年优先做。比如体检中最普通的粪便隐血试验，虽然仅能够检测到 50%~60% 的大肠癌和 30% 左右的癌前腺瘤，但因其存在“假阳性”可能，加上多数受检者不愿意接受肠镜的进一步检查，坚持认为自己大便“正常”，没有不适感觉，一再延误至便血甚至急性腹痛肠梗阻发作才得以明确诊断，现实中这样的例子其实并不鲜见，教训惨痛。

“体检者对于尿检的重视程度也有待提高，并且对于尿常规报告的解读也是疑惑多多。”陈庆瑜表示，殊不知许多肾脏病早期常常没有症状，抽血查肾功也很正常，验尿查肾病，往往更能早期发现肾脏病的隐患，防微杜渐。一份尿常规报告有无尿蛋白、红细胞计数、白细胞计数、尿比重值、尿酸碱度、有无潜血等，都是肾内科关注的指标。对于高血压、糖尿病患者，每年做一次微量蛋白尿检查，能够更敏感有效地检查出高血压、糖尿病对肾脏功能的损害。

此外，常见的泌尿系结石、多囊肾等疾病，通过尿常规结合腹部 B 超是最经济有效的早期诊断手段。

有时得到阳性结果
也不必过分恐慌

现实中，因为体检的阳性发现而陷入恐慌，未能客观看正确地认识自己的健康问题，这种情况也很常见。

陈庆瑜称，现代医学由于检测手段和仪器设备的提升，某些过去不太被人重视的疾病日渐为大家所认识。“比如甲状腺癌，近年来在我国已成为发病率上升最快的实体肿瘤，其诊断率之高部分归因于体检筛查和高分辨率彩超的广泛应用，由此所产生的对隐匿癌和微小癌的过度诊断和治疗也成为全球医学界面临的共同问题。”他表示，一旦查出甲状腺可疑病变，大可不必惊慌失措，谈癌色变，鉴于绝大多数甲状腺癌的特性特点，预后良好，积极监测而不是马上手术治疗，应是最合理的管理手段，医生和患者应该充分沟通，共同决策。

“定期复查”“进一步诊治”不是套话

关于体检报告中各种阳性结果的复查就诊和时限问题也常常造成人们的困扰，医生往往在汇总报告写上“定期复查”或“进一步诊治”等字样，但多数人都把这些当作套话，看过就算了。

陈庆瑜指出，一般来说，体检的阳性结果按照惯例会依轻重缓急大体分成四级：危急（或称红灯预警），通常在体检当时已被立即告知，安排就诊住

院；严重（橙色）者如恶性肿瘤，需要及时就诊，限期进一步检查明确诊断和就医治疗；对于相对稳定的疾病（黄色）如糖尿病、高血压、血脂明显异常者，应择期就诊，在医生指导下控制病情，但不能不了了之，以免延误治疗良机；稳定的异常发现（蓝色），如肝肾囊肿、子宫肌瘤等，则应每年定期复查，不必过于担忧。

特别是，对于感染了乙型肝炎病毒的乙肝病毒携带者和病情稳定的乙肝患者，即便无自觉症状，肝功能正常，病毒复制相对静止，也应定期进行健康体检，建议至少每半年做一次肝脏超声及甲胎蛋白（AFP）、肝功能和乙肝病毒 DNA 检查，事实证明，定期监测甲胎蛋白及肝脏影像学检查是早期发现肝癌最有效的方法。（梁瑜）

