

正是生龙活虎的年纪,他们却被高血脂、高血糖、脂肪肝、结节等医学名词“击中”。这些词语出现在体检报告上,让很多“身体倍棒,吃嘛嘛香”的年轻人不安起来——

年纪轻轻,不敢看体检报告……

本报记者 李小贤 吴艳 摄影报道

定期体检是发现疾病隐患最直接的方式。随着人们健康意识的不断提高,体检越来越受到人们的重视。

记者在采访中了解到,2021年度,沧州市中心医院、沧州市人民医院、沧州中西医结合医院三家医院的体检中心一共为17万人进行了健康体检。

体检报告显示,血脂偏高、脂肪肝、甲状腺结节、幽门螺旋杆菌感染等让很多年轻人“中招”。

“小时候怕成绩单,长大怕体检单”,对于很多人来说,相比年终总结,可能体检报告更令他们心头一紧。因为他们需要更多的勇气去面对各种异常的身体指标。

陪父母体检时被检出癌症

今年30岁的刘晓峰在市区经营着自己的生意。昨天,他又到医院复查了一下身体,医生说:“未见肿瘤转移!预后良好。”

刘晓峰很庆幸,自己在陪父母体检的时候,顺便也给自己查了一下,早期发现了癌症,否则后果不堪设想。

刘晓峰的父母在沧县老家居住。父母60岁以后,刘晓峰就为他们制订了健康体检计划,每年体检一次。体检的项目也随着父母年龄的增加逐渐增加。

幸运的是,刘晓峰的父母并没有什么实质性疾病,一些慢性病也都在可控制的范围内。

刘晓峰却没有体检的习惯,一来是没时间,二来也是觉得自己还年轻,身体不可能有病。

去年,刘晓峰给父母购买体检套餐时,妻子劝他:最近生意不太忙,咱们陪老人体检时也顺便检查一下身体吧!

于是,刘晓峰当即购买了4份体检套餐。

本以为体检就是给自己去查心病。没想到这次体检却让刘晓峰意识到:年轻不是健康的资本,疾病不挑年龄。

在体检过后两天,他收到了医院的电话:血液指标存在异常,建议尽快到医院复查。

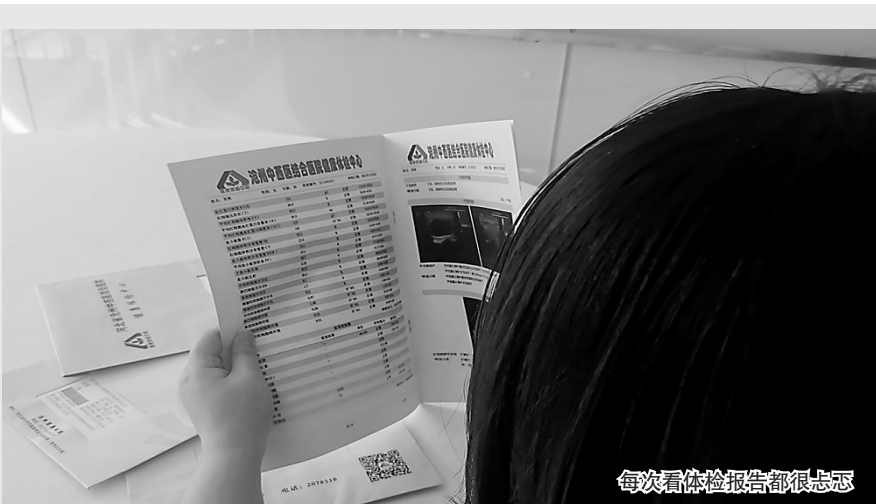
在他的体检报告上,一句话震惊了他的心:低剂量螺旋肺部CT显示“多发肺结节”,建议复查。

刘晓峰不相信自己年纪轻轻就会患上大病,纠结一番后,他还是去了医院。

通过进一步检查,刘晓峰被确诊为早期肺腺癌,幸好发现及时,顺利做了手术切除。

一人染病,感染全家

近半年来,市民张友发一家



体检异常结果检出统计与分析

序号	体检结论	百分比		
		男性	女性	平均
1	血脂偏高	56.85%	50.91%	55.69%
2	脂肪肝	49.93%	14.55%	43.01%
3	甲状腺结节	41.24%	50.30%	43.01%
4	幽门螺旋杆菌感染	25.48%	29.70%	26.30%
5	尿酸偏高	28.57%	9.70%	24.88%
6	(肺CT)肺微结节	20.47%	18.79%	20.14%
7	血压高	20.91%	7.27%	18.25%
8	颈椎疾病	14.58%	17.58%	15.17%
9	尿常规异常	7.51%	15.76%	9.12%
10	糖尿病	6.77%	3.64%	6.16%

沧州市人民医院2021年度体检异常结果检出统计与分析

实行了分餐制。虽然一开始时,家庭成员觉得分餐有点别扭,但时间长了也就习惯了。

事情的起因来自于单位的一次例行体检。

去年,张友发单位的体检增加了一项C14的呼气试验,可以检测幽门螺旋杆菌。

没想到就是这项新添的检查,让医生发现张友发的检测值大大超出正常指标。

在C14的呼气试验里,幽门螺旋杆菌的正常值为0—100。

张友发的体检报告上显示的这一项指标为2000。

张友发原来都没有听说过“幽门螺旋杆菌”这个词。看到体检报告后,他上网查询了相关知识,得知幽门螺旋杆菌是具有传染性的。

在医生的建议下,他带家人也到医院接受幽门螺旋杆菌检查。检查结果显示,他的妻子和两个孩子也都感染了,全都需要治疗。

据医生介绍,一般家庭中大多实行共餐制,幽门螺旋杆菌会附在筷子上面,因此,每一道菜就像“洗菌水”一样,共餐的一家人会通过这种方式被传染。

一般应酬多,经常在外就餐的人体检中被查出幽门螺旋杆菌超标的几率较大,检查发现该菌超过一定指标后,需要接受1周—2周的药物治疗。如果家庭中有一人感染了幽门螺旋杆菌,其家人一般也会感染这种细菌。

苗条姑娘查出脂肪肝

27岁的李安然在运河区解放西路一家单位上班。去年年底,单位组织了一次体检。李安然将科室内同事的体检报告都一起取了回来。

科室内3位同事大姐都已年过40岁了。在她们看来,自身的身体机能正慢慢下降,每次体检都怕检查出一些问题。她们不敢看自己的体检报告,便互相交换着看。

李安然却不以为然。她感觉自己很年轻,身体也很棒,体检应该没有问题。

可是当翻开体检报告后,她却不相信。体检报告中写着“轻度脂肪肝”几个字。

“我身材保持得不错,身体一向挺好的,不怎么吃肉更不会喝酒,怎么会查出脂肪肝?”李安然说。在李安然看来,脂肪肝是一种“肥胖病”,只有胖的人才会得。

李安然不放心,拿着体检报告咨询医生后,得到了答案。

医生告诉她,现在脂肪肝患者中除肥胖患者外,还有一部分是不胖的人。生活中,饮酒、不良生活习惯、熬夜、不合理的饮食结构等,都成了长得不胖的人得脂肪肝的高危因素。这些因素都会导致体内脂肪增加,加重了脂肪存储的负担。还有就是有些长

得不胖的人虽然皮下脂肪较少,但内脏脂肪可能相对较多。不像皮下脂肪增多,在外表上可以轻易地被发现,内脏脂肪增多往往更为隐蔽。

结节的困扰

单位体检通知下来后,36岁的李娜便和同事相约着去体检。体检项目中包括肺低剂量平扫、肝功七项、甲状腺超声、肝胆胰脾肾彩超等。

李娜花了近两个小时才做完了全部检查。

等待体检结果报告的日子,李娜有些忐忑,生怕检查出什么问题来。

体检报告终于拿到手了,她细细地查看,发现除体重指数高外,肺部竟有一个微小结节。报告建议李娜3个月到6个月复查肺部CT,必要时专科诊治。

李娜变得惶恐不安,是不是肺结节就是肺癌呀?当李娜和同事讨论起体检结果时,她得知,同科室7个人中有2个人出现肺结节,有2个人出现甲状腺结节。其中一人的甲状腺结节已经有3.1厘米×2.1厘米,正四处咨询医生,看看需不需要做手术。

李娜在网上查询了大量关于肺结节的资料,了解了肺结节不一定是肺癌,心里稍微踏实了一些。但是,既然查到了肺结节,那她也不会掉以轻心,会再去复查,观察结节情况。

沧州市中心医院体检中心

主任郭东杰说,肺部结节检出率越来越高的原因与检测仪器逐步更新和检测技术不断进步有关。过去肺部体检主要是拍X光胸片,但X光片对于小于1厘米的结节很难发现,而现在肺部体检普遍使用的是低剂量螺旋CT,不仅能有效地降低受检者的辐射剂量,而且腹部影像重叠少,密度分辨率高,其敏感性、特异性及准确性均高于胸片,所以检出率越来越高。

郭东杰表示,发现肺结节后既不要过于担心,也不能对其置之不理,定期复查很有必要。随访过程中如果医生评估恶性的可能性大时,应尽早手术。

从“治已病”到“治未病”

随着社会的发展,人们越来越注重身体健康。记者采访得知,除了越来越多的企事业单位为职工购买健康体检套餐,个人要求体检人数也在逐年增加。2021年度,沧州市中心医院、沧州市人民医院、沧州中西医结合医院三家医院的体检中心一共为17万人进行了体检。

据介绍,自费参加健康体检的人群中,以35岁至60岁的人居多。最近这两年,年轻人要求进行健康体检的也日益增多。

沧州市人民医院体检中心主任马金刚说:“从‘治已病’到‘治未病’,当代健康管理的重心正转向预防为主,体检报告就是那道‘防火墙’,不能忽视。”

马金刚表示,工作压力大,久坐、熬夜、吃外卖都是造成人体检指标异常的重要原因,体检报告显示出来的很多问题,是可以

通过规律作息、调整饮食、加强运动来进行调节的。很多受检者通过历年的体检报告对比就会发现,通过调整生活方式、饮食习惯,可以让体检报告上的一些数据恢复到正常水平。

采访中,医生提醒,很多人只会在体检报告中查看医生作出的判断,而忽略了医生出具的建议。这些建议包括针对检查中出现的问题作出进一步检查的建议、告诉被检查者多长时间进行复查等。这些建议是医生针对体检报告持有者本人给出的,具有针对性,相较于一般科普类的建议更具有实操性,也更适合被检查者。

(除医生外,受访者均为化名)