编辑 王姗姗 组版 方芳 校对 刘洁

老烟民查出肺部小结节要特别当心

本期专家 黄文军

合肥市第二人民医院广德路院区胸心外科医生，一直从事于胸心外科临床工作，积累了丰富经验，擅长胸心外科常见疾病的诊断与治疗，注重于胸心外科疾病的微创手术治疗。

近年来，随着低剂量CT的普及，以及雾霾的加重，临床上发现肺部小结节的患者越来越多，那么对于肺结节来说，究竟哪些是必须要做手术的？哪些是必须要观察的呢？12月20日上午9:30至10:30，市场星报健康热线0551-62623752，邀请合肥市第二人民医院广德路院区胸心外科的黄文军医生为大家答疑解惑。 ▌王红梅 记者 李皖婷/文 倪路/图

近年来结节病变检出率增高

读者：什么是肺部结节？

黄文军：近年来，随着螺旋CT的日益普及，结节病变的检出率明显提高。临床上，把肺内小于等于3cm的病灶称为结节，大于3cm的病灶称为肿块，小于8mm称为肺小结节，小于5mm的结节称为微小结节，之所以这样定义，是因为大于3cm的病灶多为恶性，小于8mm的良性病变可能性大。

肺部小结节并不一定都是癌

读者：肺部小结节就是肺癌吗？

黄文军：小结节性质多种多样，大多数为良性。小于35岁的人群出现肺内孤立结节为恶性肿瘤的可能只占1%~3%，40岁以上者良恶性的概率几乎各占50%，年龄愈大恶性肿瘤概率愈高，70岁患者恶性的概率可达70%。胸部CT目前被公认为是诊断肺部小结节的最佳检查手段，一般人群，一年一次的体检是很有必要的，但对高危人群来说体检更加重要。

体检查出肺结节要引起重视

读者：体检查出肺结节该如何处理？

黄文军：小于5mm的微小结节，如果没有肿瘤病史，则90%以上为良性结节，因此，5mm以下的肺结节每6个月CT复查一次就可以；5-8mm的肺结节应每3个月CT复查一次；8mm的肺结节应每1~2个月CT复查一次。如果随访发现病灶无变化，则常延长至3个月、6个月、1年进行复查，如发现肺小结节2年无变化，则可大致认为为良性结节。当发现病灶有变化时，则根据变化情况作出判断并决定下一步处理意见。

老烟民查出肺部小结节要特别当心

读者：哪些人要特别当心肺部小结节？

黄文军：有几类人在体检发现肺部小阴影或小结节时，应当积极咨询专科医师，接受正规的进一步检查和及时的治疗：(1)45岁以上(2)长期吸烟，烟龄超过20年，每天抽烟超过20支以上者(3)吸二手烟超过20年(4)长期工作在密闭的环境中或粉尘颗粒较多的环境中(5)直、旁系亲属有恶性肿瘤病史。

3个月以上小结节没缩小需做手术

读者：哪些肺部结节需要手术切除？

黄文军：(1)经过3个月以上的随访，肺结节不消失、不缩小或变大；(2)肿瘤标志物增高；(3)影像学提示恶性程度增加；(4)患者心理负担大，强烈要求手术，且经过充分沟通的。

胸腔镜微创治疗肺部结节效果好

读者：请问胸腔镜微创治疗肺部结节效果好吗？

黄文军：电视胸腔镜微创手术治疗肺部结节是指利用1-3个胸壁小切口局部切除肺内病灶，手术中送快速的冰冻病理，如为良性，则结束手术，对病人来讲相当于立刻解除了心头之患；如为恶性，进一步行胸腔镜下的肺叶切除+淋巴结清扫术，创伤性小且效果好。胸腔镜手术为肺癌患者架起了一个从早期诊断通往早期治疗的桥梁，是迄今解决肺部结节诊治难题的最佳选择。

医疗新闻

我省举办首届中医药知识大赛

12月18日，我省首届“济人杯”中医药养生保健知识大赛在合肥举行，21个专业代表队参与角逐，而业余组也有数百人获得了大奖。

本次大赛由安徽省卫生计生委、安徽省中医药管理局主办，安徽省中医药学会、安徽中医药大学承办，比赛分为专业组与业余组。比赛以中医药养生保健知识为主。

据了解，本次大赛有近2000人以报纸或线上答题的方式参与了业余组竞赛。在决赛现场，通过公开摇奖的方式，从高分到低分，业余组产生了一等奖10名，奖金2000元；二等奖30名，奖金600元；三等奖60名，奖金300元；优秀奖200名，奖励安徽中医药大学第三附属医院针灸推拿体验券1张(可免费体验5次)。

▌陈旭 叶兰兰 汪漪 记者 李皖婷

护士执业资格考试下月6日现场确认

合肥市卫计委日前发布2017年合肥考点护士执业资格考试现场确认注意事项。卫计委提醒，现场确认时间为2017年1月6日上午9:00~11:30和下午13:30~16:30，地点在合肥市阜南路19号人才大厦负一楼。

在校学生考生需提交网上打印的申报表，并加盖学校公章；学生入学时加盖省教育厅招生专用章的招生大表复印件，所有复印件需加盖学校公章；学生八个月的实习证明(需加盖实习医院公章，不认可医院科室章)。在职工作考生需提交网上打印的申报表，并加盖单位公章；毕业证书；本人所在单位聘书或聘用合同。

现场资格审核通过后，务必将审核通过的报名表交至确认处现场扫描确认。本次审核最迟交表时间为2017年1月6日下午16:30。考生务必于2017年1月15日前在中国卫生人才网上缴纳，请牢记本人申报用户名和密码，逾期未缴费的考生视为放弃报名。

▌记者 李皖婷

下期预告

一打喷嚏就漏尿，怎么办？

一些中年女性在打喷嚏时会有小便突然涌出，在跳跃或剧烈运动时会有尿液不受控制，在听到流水声音时会莫名的想要去厕所……可千万别把这些“不小心就尿出来”的现象理解为上年纪后的正常现象！这其实是尿失禁的典型症状，要及时去医院治疗。尿失禁到底是咋回事？女性排尿困难该怎么办？长期难治性尿频该如何就诊？下周二(12月27日)上午9:30至10:30，市场星报健康热线0551-62623752，邀请安医大一附院泌尿外科主治医师江长琴博士与读者交流。

江长琴，安徽医科大学第一附属医院泌尿外科主治医师，医学博士。从事泌尿外科临床工作十余年，专业主攻女性泌尿外科。在治疗女性各类尿失禁及盆腔脏器脱垂方面临床经验丰富，擅长微创手术尿道中段悬吊术治疗女性压力性尿失禁。 ▌王异 记者 李皖婷

一周病情报告

腰部疼痛？当心患上腰肌劳损

由于长期弯腰工作或工作姿势不正确，急性腰肌损伤治疗不及时或治疗不当等因素都容易引起腰肌劳损。据合肥市滨湖医院康复科穆燕芳主任介绍说，腰肌劳损的症状主要表现为腰部酸痛或胀痛，休息时减轻，劳累时加重。

错误的坐姿容易导致腰部肌肉、韧带出现松弛或紧张，从而引起腰疼，如跷二郎腿、坐着身体前倾等。腰椎畸形或下肢畸形也容易发生腰肌劳损。腰肌劳损是青壮年较常见的疾病，不少年轻人因为不良生活习惯导致腰部疼痛，起初只是觉得腰疼，但因警惕性不强，往往不将小病痛放在心上，结果随着疼痛日益加重，到医院后才发现，病情已经发展为腰肌劳损了。

专家提醒市民，腰部肌肉劳损急性发作期应注意休息，建议卧硬板床一至三周。可在腰部热敷并按摩。到医院做理疗、推拿治疗。待疼痛改善后，尽早做腰背肌肉锻炼，如做俯卧位锻炼腰背肌，也可以做屈髋的仰卧位锻炼腹肌，每个动作保持10到20秒钟，根据耐受程度，停几秒钟之后，重复做3到5次，可以加强腰背肌和腹肌的训练。腰肌劳损急性发作后容易复发，因此在日常生活中应注意腰部的保护，避免弯腰搬运重物。工作时可用腰围或宽腰带束腰，以保护腰部肌肉。

▌苏洁 记者 李皖婷

备孕期间，千万不要忽视口腔检查

小王是一位怀孕七个月的孕妈妈，她最近因牙疼来到合肥市口腔医院进行治疗。据小王介绍，她在怀孕前没有进行过口腔检查，也不知道自己有蛀牙，直到最近疼痛难忍才来到医院。据记者了解，小王并不是个例，孕妇在怀孕期间出现口腔疾病的情况相当普遍。

该院牙体牙髓二科主治医师张富华说，孕期发生口腔疾病主要是因为怀孕前没有进行口腔检查，导致口腔隐患一直存在。怀孕后，孕妇的生理、心理会有一连串的变化，这使得孕妇的口腔变得很敏感，这时一直存在的牙病隐患就会引发口腔疾病。并且由于孕期的特殊性，很多治疗措施如X线射线、抗生素药物等都会影响胎儿的发育，因此孕妈妈只能忍受牙病的疼痛。若在妊娠早期和晚期，严重的口腔疾病甚至还会引起流产和早产的可能。

所以女性在备孕期间，要通过检查和治疗及时排除口腔隐患，这对保护孕妇和宝宝的健康具有重大意义。

▌徐莉 记者 李皖婷