

# 常见癌症怎样查才靠谱?

本报记者 李嘉



将癌症“扼杀在萌芽”

将癌症“扼杀在萌芽”

一次;高风险人群,每1至2年查一次。

## 结肠直肠癌——肠镜

与胃镜类似,肠镜能直接深入肠道内部,且在发现息肉时,还可以在检查过程中直接切除,为预防结肠直肠癌提供了一道屏障。

高风险人群:45岁以上人群;有结肠直肠癌家族史者;长期患有溃疡性结肠炎的患者;结肠直肠癌术后或大肠腺瘤治疗后的患者。

检查频次:没有息肉的人,每3至5年查一次;有息肉的人,每1至2年查一次。

## 肝癌——甲胎蛋白+超声

肝癌早期几乎没有任何典型症状,等出现肝区疼痛、黄疸时,往往已到中晚期。想要精准发现早期肝癌,血清甲胎蛋白检测+肝脏超声检查的组合是首选方案,两者互补能大幅提升早期检出率。

哪些人是肝癌高风险人群?慢性乙

型或丙型肝炎病毒感染者;有肝癌家族史或肝硬化患者;非酒精性脂肪肝患者。

检查频次:肝癌高风险人群建议每半年做一次筛查。即使没有以上情况,男性40岁以上,女性50岁以上,也应每年进行肝癌筛查。

## 甲状腺癌——甲状腺B超

近年来,我国甲状腺癌的发病率有所上升,但死亡率一直在下降。这种癌的发展慢、恶性程度低,早期治愈率很高,可以说它是“最温和的癌”。在体检时,只要加一项甲状腺B超,检出率就可以达到70%以上。

甲状腺癌发病年龄偏早,建议30岁以上的人都可以加上这个体检项目。

检查频次:无甲状腺问题,每年进行一次甲状腺B超检查;高风险人群,可缩短至每半年检查一次。

## 乳腺癌——乳腺B超+钼靶检查

单一的乳腺检查容易漏诊,乳腺B超+

钼靶联合检查,才是女性防癌的“双保险”。

哪些人是乳腺癌高风险人群?40岁以上女性;有乳腺癌家族史者;携带BRCA1/BRCA2(抑癌基因)基因突变的的女性;30岁前接受过胸部放疗者。

检查频次:建议高风险人群,每年进行1次乳腺B超和钼靶联合检查;建议一般风险人群,每1至2年应进行1次乳腺超声检查。

## 宫颈癌——HPV和TCT联合

HPV检测主要查是否感染高危型HPV病毒,看是否有“致癌源头”;TCT检查则是取宫颈细胞做病理分析,看细胞是否已经发生病变。HPV检查能更早预警感染风险。

哪些人是宫颈癌高风险人群?21岁及以上有性生活的女性,建议每三年进行一次TCT检查。另外,30岁以上女性,推荐每5年进行一次HPV与TCT联合检查。

## 前列腺癌——血清PSA检测

前列腺癌是男性高发癌症之一,早期症状同样隐蔽,可能仅表现为尿频、尿急等轻微排尿异常,很容易被当成“前列腺增生”忽略。而筛查前列腺癌,血清前列腺特异性抗原(PSA)检测是常用且便捷的手段,通过抽血就能完成,能及时发现早期风险。

前列腺癌高风险人群:年龄≥50岁;年龄≥45岁且一级亲属有前列腺癌家族史;携带BRCA2基因突变且年龄≥40岁。

检查频次:高风险人群建议每年做一次血清PSA检测。

最后,记住这几点体检不白做:不要盲目跟风做全套,要根据年龄、性别、家族史、生活习惯“量体裁衣”,最好在医生指导下选择适合自己的项目。

提起癌症,不少人都觉得“只要年年体检都正常,就不用担心”。可为什么很多人年年体检都“正常”,却在某一天突然查出癌症晚期?

不同癌症,要用不同的“筛查手段”。今年9月,由国家癌症中心牵头、联合多学科专家制定的《健康体检机构防癌体检指南(2025年版)》发布,我们从其中精选出切实有效的常见癌症筛查方法。

## 肺癌——低剂量螺旋CT

低剂量螺旋CT是肺癌筛查的“金标准”,这种检查就像给肺部装了一台“高清显微镜”,能提前发现肺里的微小结节,而它们恰恰可能是早期肺癌的信号。

哪些人是肺癌高风险人群?吸烟包年数≥20包/年,包括曾经吸烟≥20包/年,但戒烟不足15年。吸烟包年数=每天吸烟的包数(每包20支)×吸烟年数;与吸烟者共同生活或同室工作≥20年;患有慢性阻塞性肺疾病;有职业暴露史(石棉、煤烟和煤烟尘等)至少1年;有一级亲属确诊肺癌。

检查频次:肺癌高危人群建议每年做一次低剂量螺旋CT筛查;非高危人群可根据自身情况,在医生指导下进行筛查。

## 胃癌——胃镜

胃癌早期症状十分隐蔽,易与“胃炎”“肠炎”混淆。胃镜能直接深入胃内部,用高清镜头观察黏膜情况,哪怕是毫米级的息肉、溃疡或早期癌变,都能清晰看到。

建议40岁以上人群都做一次胃镜筛查,特别是来自胃癌高发区者;患有中重度萎缩性胃炎、胃溃疡、胃息肉等疾病者;幽门螺杆菌感染者;有胃癌家族史者。

检查频次:一般人群,每3至5年查

# 心梗信号别忽视

本报记者 李嘉



寒潮来袭,急性心梗也进入每年的高发季节。心梗并非只威胁老年人,近年来,心梗发病年龄持续走低,年轻人也需高度警惕。

## 哪些情况容易引发心梗?

心梗的全称为心肌梗死,是一种会威胁生命的急症,很多不健康的生活方式都可能成为诱发心梗的因素。

暴饮暴食。过量摄入高脂肪、高热量的食物后,会导致血脂增高,血液黏稠,再加上饮酒,情绪兴奋,血压上升,可能会导致冠心病患者冠状动脉内不稳定的斑块破裂,形成血栓,进而引发急性心肌梗死。另外值得注意的是,无节制地熬夜与酗酒,也是发生心肌梗死的高风险因素。

情绪激动。生气、暴怒等激烈情绪是一种潜在的心肌梗死触发因素,心梗风险是平常情绪的2倍。

过度疲劳。长期压力过大、过度疲劳也会导致心梗。在长期的高压状态下,身体会分泌一种激素——皮质醇,它会导致血压增高,身体的代谢发生异常,使冠心病发病更早更严重。

研究显示,每天夜里睡眠时间5个小时的人群比睡8个小时的人群发生心肌梗死的风险增加40%。

温度骤变。秋冬季节及初春是冠心病患者急性心梗的高发期,因为这一时期气温急剧变化。特别是当天气突然变冷

时,会导致血管显著收缩,进一步加重血管狭窄,进而减少冠状动脉血液供应,诱发心梗。

## 心梗发作前的先兆症状有哪些?

胸部不适。胸部不适是最常见的前兆之一。许多心梗患者在发作前会感到胸部有压迫感、闷胀或钝痛,这种不适感可能持续几分钟或反复出现。

上半身的疼痛或不适。其次,上半身的疼痛或不适也需要引起注意。心梗的

疼痛并不总是局限于胸部,有时会辐射到肩膀、手臂、背部、颈部或下巴,尤其是左侧。

呼吸急促。呼吸急促是另一重要症状。心梗前,有些人可能在没有明显活动的情况下感到呼吸困难,甚至需要用力呼吸。这个症状通常伴随胸部不适,并可能在休息时加重,尤其在平躺睡觉时更为明显。

消化道不适。此外,消化道不适也是潜在信号之一,特别是在女性患者中更为

常见。表现为上腹痛、恶心、胃灼热或呕吐,容易与胃肠疾病混淆,导致延误就医。

突发的极度疲劳或虚弱。许多患者在心梗发作前会经历难以解释的全身疲惫,即便是完成轻微活动也会感到精疲力尽,这种疲劳感可能持续数天。

冷汗、头晕或心慌。冷汗、头晕和心慌等自主神经症状也常被报告,特别是在心梗即将发作时,这种冷汗往往与情绪上的不安或“濒死感”同时出现,患者可能感到极度不适甚至恐慌。

## 发生心梗时,我们该怎么做?

当身边人突发心梗时,需要尽快做到以下几点:

立即拨打120。让患者停止一切活动,坐下或躺下,尽量保持安静。

出现胸痛症状可含服硝酸甘油(服用前要测量血压,如血压低则不要服用),如持续15分钟以上不缓解,不要再含服。

如果患者出现心脏骤停,要及时进行心肺复苏(使用附近的公共AED设施)直至救护车赶来。

心梗的黄金急救时间是2小时左右。当患者(尤其是老人)出现高度疑似心梗的症状,不要存在侥幸心理,要及时拨打急救电话。

学会识别身体的求救信号,在关键时刻挽救生命,关注心脏健康,保持良好生活习惯,有效预防心梗发生。



## 市中心医院神经内科

### 重燃患者生活希望

本报讯 记者李嘉报道:“王奶奶,我们现在帮您翻身。”“王奶奶,您抓紧我的手,慢慢来。”“王奶奶,准备换药了,您慢点……”近日,在市中心医院神经内科一病区病房里,在护士们无微不至的照护下,患者王奶奶逐渐恢复生活信心。

69岁的王奶奶因垂体瘤术后失明入院治疗。面对陌生的环境、失明的不安与家人无法陪伴的孤独,她终日蜷缩在床,拒绝进食,任何细微的声响都会让她瑟瑟发抖。

神经内科一病区的护理团队深入评估王奶奶的身心状况,制定了一套以“叙事护理、温情照护”为核心的个性化护理方案,帮助她改善营养状况,重建内心的安全感。

护理团队时刻关注着王奶奶的每一个细节,帮她整理好小桌板,调整舒适坐姿,将每一餐变成有温度的陪伴;在她尝试进食时及时鼓励;联系家属多来探望,让熟悉的声带给她慰藉。

王奶奶从拒绝到接受,从恐惧到安心,紧锁的眉头渐渐舒展,开始愿意握住护士的手,配合每一次护理,甚至会在听到熟悉的脚步声时轻轻地问一句:“今天,我还有几服药呀?”

这些可喜的转变,正是神经内科护理团队“叙事护理、温情照护”个性化护理的缩影,他们用专业与爱心照亮了一个个“看不见的世界”,用温情的守护让患者听见希望、触摸温暖,感受生命的美好。

## 市妇幼保健院产科

### 助力高危产妇顺利分娩

本报讯 通讯员倪明报道:“生命护航医德可敬,母女平安铭记于心。”近日,市妇幼保健院产科副主任唐红云收到一面满载感激的锦旗。

赠送锦旗的是一位经历第四次剖宫产的高危产妇。唐红云为她量身定制孕产保健计划,在每一次产检中耐心倾听、细致沟通,用专业与温暖为她保驾护航。

预产期临近,唐红云凭借丰富经验为其制定周密分娩方案,从术前心理疏导到术后康复指导,全程贴心守护,让产妇倍感安心。

“患者的信任就是最好的回报。”唐红云说,这面锦旗不仅属于她个人,也属于整个产科团队,它见证了医患之间最珍贵的信任。

## 赤壁市人民医院

### 成功救治复杂肠套叠患者

本报讯 记者李嘉、通讯员吴星星、李卫红报道:“原以为只是普通肚子痛,没想到竟是恶性肿瘤,多亏医生们及时发现、精准手术,才让我捡回一条命!”近日,67岁的张女士与家人一起,将锦旗送到赤壁市人民医院、湖北科技学院附属赤壁医院胃肠外科,向全体医护人员表达感谢。

据了解,张女士因腹痛来该院就诊,初步腹部CT检查提示肠套叠,但其腹痛表现并不典型。为了明确病因,胃肠外科团队迅速为患者进一步完善了腹部增强CT检查。凭借丰富的临床经验和敏锐的洞察力,团队精准锁定了“回盲部恶性肿瘤”这一核心病灶,为后续的治疗指明了方向。

赤壁市人民医院胃肠外科团队迅速启动多学科诊疗评估,联合医院多个相关科室的专家,共同为患者制定了一套个性化、精准化的手术方案。

手术过程中,团队成员精准切除了病灶,彻底清除了病变组织,同时最大限度地保护了患者的肠道功能,保障患者术后生活质量。

在医护团队的精细化围术期管理和精心康复指导下,张女士顺利度过术后恢复期,康复出院。

出院时,张女士及家属特意向医护团队送来了锦旗,锦旗上的烫金字不仅是对医护团队专业医术的高度认可,更是对他们精心护理的由衷感谢。

## 工会送健康 情暖司机心

### 我市400名网约车司机享受免费体检

本报记者 贺春音 通讯员 程姜

12月9日清晨,当第一缕阳光洒向大地,咸宁市网约车司机联合会办公地已是一片繁忙而温馨的景象。

风韵、滴滴、携华、搭顺、万顺五大网约车平台的司机陆续抵达,他们满怀期待地参与到由湖北省总工会精心组织的新就业形态劳动者免费移动体检活动中来。

此次体检活动为期三天,至12月11日结束,将为我市400名网约车司机送上专业而贴心的健康服务。

体检现场,各项检查项目分区明确,标识清晰,从一般检查、采血到骨密度检测、彩超、心电图等,一应俱全。

市总工会与市交通运输局的的工作人员忙碌而有序地协助司机们扫码登记、核对信息。网约车司机自觉排队,整个现场秩序井然,充满了暖意与关怀。

本次体检项目特别针对新业态劳动者的职业特点进行了精心设计,涵盖了临床检查、实验室检查、特殊检查及肿瘤标志物检测等八大类共55项专项检查,全面覆盖了常见职业病与慢性病的筛查重点。

为了最大限度地减少对网约车司机正常运营的

影响,所有体检项目和人员安排均通过全总职工之家APP平台进行高效管理。市总工会与市交通运输局提前与企业及体检机构进行了深入对接,制定了为期三天的错峰体检计划。

“平时跑车基本没时间体检,工会组织的这次免费体检太及时了,真的非常暖心!”网约车司机张师傅高兴地说。

其他网约车司机也纷纷表示,以前总担心体检花钱又耽误接单,这次终于能安心做次全面检查,知道自己身体没问题,跑车也更踏实了。

“网约车司机是城市交通的‘摆渡人’,他们的健康理应当得到用心守护。”市总工会相关负责人表示,未来将继续聚焦网约车司机、快递员、外卖配送员等新就业形态劳动者的职业健康与权益保障问题,推出更多精准化服务,让每一位为城市运转默默付出的新业态劳动者都能感受到工会组织的温暖与守护。



## 赤壁市国有建设用地使用权挂牌出让公告

赤壁网挂G[2025]21、22、23号

根据《中华人民共和国土地管理法》、《招标拍卖挂牌出让国有建设用地使用权规定》和《赤壁市国有建设用地使用权挂牌出让实施细则》等有关规定,经赤壁市人民政府批准,赤壁市自然资源局和赤壁市不动产登记中心定于2025年12月12日上午10:00时,在赤壁市自然资源局和赤壁市不动产登记中心交易大厅(赤壁市赤壁大道122号)公开挂牌出让国有建设用地使用权,现将有关事项公告如下:

一、地块基本情况(见附件具体地块图)

地块编号	G(2025)21号	G(2025)22号	G(2025)23号
宗地位置	赤壁市中心镇镇赤壁市赤壁大道122号	赤壁市官塘铺镇官塘铺村2024-官塘铺-03-1地块	赤壁市官塘铺镇官塘铺村2024-官塘铺-03-2地块
宗地面积	14388.97㎡(合21.58亩)	14781.81㎡(合22.17亩)	1876.21㎡(合2.81亩)
土地用途	工业用地	工业用地	工业用地
容积率	>1.0	>1.0	>1.0
建筑密度	40-60%	40-60%	40-60%
绿地率	<15%	<15%	<15%
建筑限高	<25米	<25米	<25米
规划用途	工业用地	工业用地	工业用地
产业定购	金属制品业	纺织业	橡胶业
生产能耗			
投资总额	5000万元	2500万元	350万元
注册资金	2000万元	1000万元	1000万元
收购强度	不低于5元/亩	不低于5元/亩	不低于5元/亩
土壤污染风险管控要求	COD≤350mg/L	COD≤100mg/L	COD≤350mg/L
SO <sub>2</sub> (年平均)	60μg/m <sup>3</sup>	60μg/m <sup>3</sup>	60μg/m <sup>3</sup>
PM <sub>10</sub> (年平均)	70μg/m <sup>3</sup>	70μg/m <sup>3</sup>	70μg/m <sup>3</sup>
出让年限	50年	50年	50年
竞买保证金	62万元	46万元	6万元
挂牌起始价	308万元	226万元	29万元
成交价	5万元	5万元	2万元

备注:赤壁网挂G(2025)22号地块上有地上建筑物(构筑物),评估价值¥17933100元(查封冻结抵押查封案件查封情况);赤壁网挂G(2025)23号地块上有地上建筑物(构筑物),评估价值¥634887元(查封冻结抵押查封情况);本次出让系存量土地,一并进行出让,溢价部分为土地收益,房费不溢价。网上土地出让成交价

## 赤土网挂G(2025)20号国有建设用地使用权出让结果公告

赤壁市自然资源局

经赤壁市人民政府批准,赤壁市自然资源局和规划局对赤土网挂G(2025)20号国有建设用地使用权公开出让,现将出让结果公告如下: (一)地块编号:赤壁网挂G(2025)20号; (二)宗地位置:赤壁市赵李桥镇羊楼村2025-赵李桥镇-4号地块; (三)出让面积:6057.72㎡(合9.09亩); (四)容积率:>1.0; (五)土地用途:工业用地; (六)出让年限:工业用地50年; (七)供地方式:商住; (八)起始价:91万元; (九)成交价:91万元; (十)公告时间:2025年11月5日至2025年12月9日; (十一)成交结果时间:2025年12月11日; (十二)受让人:赤壁市湖北生物质能源科技有限公司; 赤壁市自然资源局和规划局 2025年12月11日

## 作废声明

根据崇阳县人民法院执行裁定书(2024)鄂1223执恢207号之二)裁定,湖北嘉安控股集团股份有限公司原法定代表人张德胜股权转让过户登记至嘉鱼县财政局名下。经股东会决议,湖北嘉安控股集团有限公司(统一社会信用代码914212210526207977)原有行政公章、合同章、财务章全部作废。特此声明

嘉鱼县财政局  
湖北嘉安控股集团有限公司股东:张宏涛  
2025年12月11日