

这些异常指标可能只是看起来可怕

岁末年初,又是体检高峰期。相信不少人拿到体检报告单,心态会有点“崩”。报告单中上上下下的箭头,“囊肿”“糜烂”等字眼,经常让不明就里的体检者惴惴不安。

“是不是得大病了?”不少人急着上医院、找医生。先别急!专家告诉我们:体检报告中有些看起来“可怕”的“异常”指标,可能只是暂时性的、良性的或属于正常的生理变化。

这些可能是“一过性”指标,复查很重要!

首都医科大学附属北京友谊医院全科医学科主任姜春燕说,有些指标异常,可能与短期影响因素有关,如熬夜、饮酒、饮食、运动等。“过段时间再复查一次,或许指标就正常了。”

比如,转氨酶轻度升高,有可能是短期因素影响,如体检前期有熬夜、喝酒、剧烈运动、服药等情况。在排除各项诱因后,1~2周后再进行复查,部分能恢复正常。

甘油三酯轻度升高,短期内大量饮酒、高脂高糖饮食后都可能导致一过性升高。建议调整饮食结构以及生活方式后再复查。

天门冬氨酸氨基转移酶偏低,通常无特殊临床意义。该酶主要存在于心脏、肝脏、骨骼肌等组织的细胞内,血液中浓度本就低,降低多为个体生理差异。单纯该酶降低但无

其他指标异常、无不适症状时,一般无需特殊处理。

尿酮体阳性,对于部分在减脂的人群,可能会因为低碳水饮食等情况,尿中出现酮体,这可能是身体进入“燃脂模式”的表现。短暂阳性且无不适症状,一般无需过度担心,及时补充碳水化合物或热量即可纠正。但对于糖尿病患者来说,需警惕糖尿病酮症酸中毒。

女性尿潜血阳性可能是月经前后污染送检尿液导致的;女性红细胞/血红蛋白略低,可能是月经期间导致的轻度贫血,可经期过后再复查。

便潜血是肠癌筛查的关键项目。但如果在体检前期有食用了猪血、鸭血、猪肝等食物,有可能造成便潜血假阳性,建议后续再进行复查。

这些异常指标可能对健康有益

专家提示,体检报告中有些指标带着“箭头”提示,看似“异常”但可能并非“坏事”,反而对健康有益。

比如,高密度脂蛋白胆固醇升高,这是一种“好”胆固醇,主要负责把体内多余的胆固醇妥善“处理”掉。这一指标高,能保护人体心血管,是血管的“卫士”,有助于心血管健康。

窦性心动过缓。对于长期锻炼的人来说,心脏不需要跳动过快来满

足生理需求,在这种情况下,窦性心动过缓可能是心脏功能强大的表现。但其他情况下,要结合个体临床症状及具体心率情况进行综合判断。

乙肝表面抗体阳性。这项抗体“阳性”并不是说感染了乙肝病毒,而是表明你身体已经对乙肝病毒产生了免疫力,已经对乙肝病毒建立了保护性免疫屏障。这可能是接种的乙肝疫苗已经成功并在体内“正常工作了”。

提示有“瘤”并不等于就是“癌”

姜春燕说:“看见‘瘤、囊肿、炎症’等字样并不能直接跟癌症画等号。”专家提醒,以下情况无需太过担心,只需注意随诊观察即可。

浅表性胃炎/非萎缩性胃炎。体检报告提示胃部炎症,并非胃有严重病变,仅是胃黏膜浅层的轻度炎症。一般表现为消化不良。在排除了幽门螺旋杆菌感染、药物刺激等情况后,多数与饮食习惯有关,无需特殊治疗,更并非“癌前期”。

宫颈糜烂。“糜烂”一词总是给女性造成精神困扰。实际上,宫颈糜烂包括生理性和病理性病因。生理性宫颈糜烂是女性正常的生理现象,常见于女性青春期、孕期以及使用避孕药等情况,雌激素下降后会

自行消失,并不是“性病”,更不是“癌症”。而病理性宫颈糜烂多与炎症、损伤相关,甚至是宫颈癌的早期表现,需要专科根据具体病因进行治疗随诊。

单纯性肝/肾囊肿,“通俗点说,这可以理解为肝脏、肾脏上长了个‘水泡’。”姜春燕说,单纯性肝/肾囊肿绝大多数是先天良性的,一般体长<5cm,没有压迫症状、未发生感染或出血,观察随诊即可。

肝血管瘤。这是肝脏内血管畸形扩张形成的良性肿瘤,跟“癌症”没有关系。其可能是先天血管发育异常或与激素水平变化有关,多数无症状。瘤体<5cm,观察随诊即可。

新华社记者 李佳巍

出现这几个字可能距癌症一步之遥

日常生活中,很多人非常重视体检,却看不懂体检后的体检报告。当体检报告出现这几个“警示性字眼”时,意味着可能距离癌症只有一步之遥!

“肠上皮化生”“胃异型增生”

胃黏膜中的正常细胞不是“一跃”变成癌细胞,而是一个多步骤癌变的过程,即:慢性浅表性胃炎→萎缩性胃炎→肠上皮化生→异型增生→胃癌。

“胃黏膜肠上皮化生”是肠上皮黏膜取代胃黏膜在胃内的异常增殖,

是胃的癌前病变;“胃异型增生”是胃黏膜的形态和功能出现异常增生,是一种癌前病变。

临床上常把“肠上皮化生”“胃异型增生”称之为胃癌的前期病变。所以如果体检报告出现这几个字一定要重视。

“肝纤维化”“肝硬化”

很多人体检查出“肝纤维化”“肝硬化”,听起来好像不严重,距离肝癌还很远。而事实上,“肝硬化”的下一步就是肝癌。从肝炎到肝癌的演变过程,是典型的三部曲,即:肝炎→肝硬化→肝癌。

“肝纤维化”是肝内结缔组织异常增生,任何肝脏损伤在肝脏修复愈合的过程中都有肝纤维化的过程,肝

纤维化的过程长期持续就会发展成肝硬化,而肝硬化的下一步往往就是肝癌。

因此在进行肝脏的检查时一定要关注“肝纤维化”“肝硬化”这几个字。肝病的检查方法主要是“血清甲胎蛋白”和“肝脏超声检查”。特别是那些有脂肪肝、肝炎等肝病的人,除了积极治疗外,也要定期复查。

“不典型增生”“腺瘤性息肉”

体检查出“肠息肉”很多人都遇到过,如果体检报告上出现“不典型增生”“腺瘤性息肉”的字眼一定要当心。

大肠癌是一个“缓慢过程”,即:小息肉→大息肉→不典型增生→肠癌。但是息肉和不典型增生阶段,患者多没有症状,需要靠定期的结肠镜检查来及时发现,并给予恰当的治疗,一旦发展到便血或肠梗阻症状,大多已属

肠癌晚期。

“肠息肉不典型增生”是指肠道黏膜上皮细胞出现异常增生,属于癌前病变的一种。因此一定要引起重视。

此外,大肠息肉分为五大类,即:腺瘤性息肉、化生性息肉、炎症性息肉、错构瘤性息肉等,其中腺瘤性息肉是真性肿瘤性息肉,是一种大肠癌癌前病变。如果不予以早期治疗,很可能会变成大肠癌。

“宫颈上皮内病变”

“宫颈上皮内病变”这个词一听好像和“宫颈癌”关系并不大,实际上“宫颈上皮内病变”距离宫颈癌,可能仅有一步之遥。

宫颈上皮细胞在HPV病毒(人乳头瘤病毒)持续感染后,可从发生非典型增生再转变为宫颈癌。其中,宫颈

高级别鳞状上皮内病变被认为是宫颈鳞癌的癌前病变。

这意味着如果不及时干预和治疗,有可能进一步发展为宫颈癌。因此,体检查出“宫颈上皮内病变”一定要及时就医,进行进一步的检查和治疗。

据健康时报、科普中国、央视新闻

