

如何早期发现肺癌？如何预防肺癌？

周裕山

宜宾市第五人民医院 644100

【中图分类号】R73

【文献标识码】A

【文章编号】1002-3763 (2022) 10-053-01

肺癌是人们非常熟悉的一种癌症，是最常见的呼吸道恶性肿瘤。在男性和女性群体当中，它的死亡率分别排在所有恶性肿瘤的第一位和第二位。特别近年来，由于环境污染等因素，导致肺癌的临床发病率也在不断上升。

任何癌症都离不开早发现、早治疗，肺癌也不例外。根据医学上的统计数据，早期肺癌如能够及时进行手术切除，再配合其他的治疗手段，绝大多数患者还是可以获得临床治愈的。而晚期肺癌的治疗效果就很不理想了，甚至威胁到患者的生命安全。所以，对于那些容易发生肺癌的高危人群来说，应当做到早发现，早治疗。那么，如何才能够早期发现肺癌？如何预防肺癌？下面我们就来谈谈一些关于肺癌的科普常识。

一、什么是肺癌？

肺癌，系原发于肺部支气管粘膜或腺体的恶性肿瘤。在我国乃至全世界，它也是最为常见且发病率和死亡率增长最快的癌症之一。长期吸烟、长期接触污染物或家族性遗传等因素，都可导致肺癌的发生。一般来说，男性群体由于吸烟等因素，发病率要高于女性群体。而城市居民由于工业污染和汽车尾气排放等因素，发病率也要明显高于农村居民。

肺癌一般多见于中老年人，但近年来发病也有年轻化的趋势。

二、肺癌的临床表现

在日常生活中，随着肺癌的不断发展，患者可出现相应的临床症状，因此，积极做好对于肺癌知识的充分学习和肺癌症状的合理理解可以帮助人们尽早发现自身出现的异常，继而实现早发现，早治疗的目的。在临床过程中，部分患者在肺癌早期可无明显症状，因此，早期肺癌往往容易被患者忽略。在这一问题上，部分研究资料显示，在肺癌早期，患者可出现咯血、咳嗽、声嘶、胸部疼痛、发热以及喘鸣等临床症状。在此期间，患者主要以阵发性刺激性干咳为主。随着病情的发展，当肿瘤组织对气管造成影响后，患者咳嗽情况出现加剧。与此同时，部分研究资料显示，10% 的肺癌患者早期可出现喘息、气短以及喘鸣音等问题。与此同时，部分患者肺部还可出现反复发作的严重问题，其经抗炎治疗后可短暂有效，但极易反复。基于此，若人们在日常生活中出现了上述问题，则应及时入院进行健康检查，以便有效实现对自身健康情况的合理理解，确保肺癌问题的早发现。

三、肺癌的检查方法

（一）影像学检查

在临床过程中，作为常见的肺癌检查方式之一，影像学检查可以帮助患者更好地实现对于肺部组织健康情况的充分了解，其有利于帮助医疗人员结合检查结果，对于患者是否患有肺癌以及肺癌的大小和病灶部位情况进行充分了解。在临床过程中，为了有效实现肺癌的早发现，医疗人员应积极引导患者定期进行身体健康检查。在临床检查过程中，可以选择薄层 CT 扫描的方式进行检查，以便帮助医疗人员结合患者检查结果，对其肺部健康情况进行合理评价与分析。就目前而言，CT 检查是临床领域对肺癌进行诊断的一个重要手段。

（二）内镜检查

作为常用的肺癌诊断方式之一，内镜检查可以结合相关设备帮助医疗人员对于患者病灶情况进行直接更为直观的观察，其有利于充分实现患者诊疗目标。在此期间，通过支气管镜的合理应用，医疗人员可以对患者病灶情况进行合理分析。在必要情况下，可以借助超声引导对患者进行纵隔淋巴结活检，以便有效实现病理诊断目标的达成。在临床过程中，纵隔镜是当前我国医疗领域对肺癌纵隔淋巴结状态诊断的金标准。与此同时，通过应用胸腔镜对患者进行检查，医疗人员可以对患者肺部微小病变、心包组织、胸膜组织以及可疑的淋巴结进行充分检查。

（三）病理学检查

部分研究资料显示，病理学检查也可以帮助医疗人员有效实现对于患者病情的充分分析。在此过程中，通过细针穿刺、内镜检查、胸腔积液等方式，医疗人员可以获得相应的病理细胞并对其进行细胞学检查。总的来看，通过检查工作的合理开展有利于帮助患者实现对于肺癌问题的初步诊断，另一方面，通过对患者肺部活体组织进行相应检查，有利于帮助医疗人员确定患者是否患有肺癌。

（四）实验室检查

医疗人员表示，在肿瘤内和临床诊疗期间，实验室检查有利于帮助医疗人员结合相关结果对患者病情进行合理评估，其同样有助于实现肺癌的早期诊断。在此期间，常见的检查内容包括肝肾肾功能以及血常规等。总的来看，通过上述检查工作的顺利开展，医疗人员可以进一步实现对于患者健康情况的充分分析。

四、肺癌的预防

（一）肺癌的一级预防

1、控制吸烟是首要措施，远离二手烟和二手烟。2、改善环境：改善室内外的空气质量是预防肺癌的另一重要手段，加强居室内的有效通风，采用空气净化装置，选用环保型室内装修材料，烹调时选择合适的油类并使用抽油烟机，预防吸入有害气体等。3、加强职业防护工作，预防职业性肺癌，定期体检。4、生活方式及饮食习惯：研究证实多种水果和绿叶蔬菜都对肺癌具有预防作用。注意营养均衡，进食高蛋白、高维生素、高纤维素、适当脂肪和热量的食物。不吃发霉变质的食物，尽量少吃煎、炸、熏、烤食物，每餐七八分饱。坚持体育锻炼，作息规律，睡眠充足。

（二）肺癌的二级预防

肺癌的早期发现，早期诊断，早期治疗在二级预防中占有重要地位。尽可能筛查高危人群，早期发现及时采取措施，及时就医诊断及治疗。

（三）肺癌的三级预防

在疾病的临床期采取的措施，其目标是对确诊的肺癌患者及时给予规范的综合有效的抗肿瘤治疗，如根据分期选用手术、靶向、放疗、化疗、免疫治疗、抗血管生成治疗等，提高疗效，有效治疗肺癌，防止肺癌的复发和转移，同时注重康复、姑息和镇痛治疗，进行生理、心理、营养和康复指导，尽可能延长患者生存期，提高生活质量。