

# 体检发现结节该如何对待

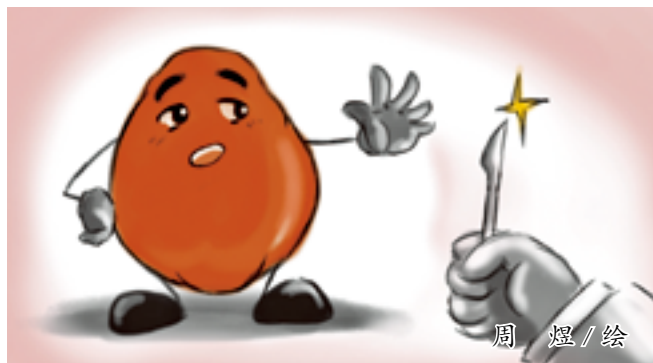
■ 韩坤余 吴继萍（云南省中医医院滇池院区肿瘤科）

近年来，在体检中发现结节的人越来越多，面对各类结节，大多数人都担心并有各种猜测，结节会不会与癌症有关？得了结节需不需要接受治疗？要不要手术切除？对此，我们一一来解答。

## ◆ 结节到底是什么

体检发现结节并不是稀罕事，随着影像学 and 检查技术进步，发现结节变得越来越容易，很多人体检时甚至被查出身体多处有结节。

其实，体检报告上的结节不是一种疾病诊断，而是一种影像观察结果。结节是一个影像学名词，仅说明身体某组织或部位出现了一个较小的肿物。这个肿物往往被大家误会成肿瘤前兆，但实际上，它最多只能说明病灶大小。大多数结节都是良性病变，如果没有症状，就不需特别治疗，只要定期复查随访观察即可。如果有症状，应及时就医。



提醒大家，并不是所有结节都需要动手术，应由专业医生综合判断；当发现结节时，是身体给出了信号，要引起重视，且改掉熬夜、负面情绪、饮食不规律等不良习惯。

（接上页）压时，就算有少量尿液也要排出，长期增高的膀胱内压可造成尿路梗阻而损伤肾脏，这种尿失禁对肾脏的危害极大。

### 5. 真性尿失禁

指完全性尿道关闭功能不全，是由于尿道括约肌受到损害或因为神经功能失常，丧失排尿功能。这类患者无排尿感觉，膀胱始终处于空虚状态，且伴有肢体麻木、神志不清、感觉障碍或神经异常等症状。

## ◆ 尿失禁了怎么办

首先要知道，尿失禁是一种常见现象，大可不必过于担心，也不必为此尴尬以至于羞于见人或避讳就医，绝大多数的尿失禁都可以治疗。大部分疾病都是“三分治、七分养”，如果患有尿失禁，要注意以下几点：

### 1. 控制体重

减少盆底肌负担，适当减少咖啡因、茶、酒精摄入量，且不要一次性大量喝水，可以采取少饮多次的方法。

### 2. 记录排尿日志

每日坚持记录饮水量、排尿次数、排尿量、尿失禁次数和诱因等，可以充分了解症状的轻重情况，同时这也是医生非常重视的辅助诊断资料。

### 3. 针对性锻炼

平时可以适当进行盆底肌肉锻炼和膀胱训练，可辅助减轻尿失禁症状。此外，还可借助电刺激、生物反馈疗法等多种理疗康复方法。

### 4. 及时就医

出现尿失禁，要及时就医，目前已有很多疗效显著的治疗方法，如行为疗法、骨盆底物理疗法和尿道悬吊术等。🏥