



# 典型症状提示筛查

◎孙 鸣/张建春

世界卫生组织最新数据显示，到2050年，全球每年新发癌症病例将超过3500万例，人类仍在与癌症进行一场漫长的“持久战”。其实，人体就像一台精密的仪器，当内部系统出现故障时，往往会提前发出警报信号。遗憾的是，许多人常把这些异常当成小毛病一拖再拖，等到病情加重时，往往已经进入中晚期，错过了最佳治疗时机。

咳嗽不停、痰中带血，警惕肺癌。咳嗽是日常生活中最常见的呼吸道症状，很容易被忽视。肺癌的发生与肺部细胞异常增殖有关，当肿瘤组织侵犯支气管黏膜或毛细血管时，可导致咳嗽和出血。若出现持续3周以上的刺激性干咳，或咳嗽伴有胸痛、呼吸困难，要提高警惕。痰液中反复出现血丝或血块，即使量很少也可能是肺癌的早期表现。部分早期肺癌患者可能没有任何典型症状，长期吸烟、有家族史、接触粉尘或化学物质等高危人群，建议每年进行1次胸部CT检查。

不明原因疼痛，可能是骨癌、睾丸癌。骨癌最典型的症状是骨骼部位出现持续性疼痛，活动后无法缓解，可在夜间加重，严重时影响睡眠和日常活动。随着病情进展，疼痛部位可能出现肿胀或肿块，皮肤温度升高，按压时疼痛加剧。

睾丸癌是男性常见的恶性肿瘤之一，早期表现为睾丸部位轻微疼痛或坠胀感，有时会伴随睾丸肿大、变硬，触摸时表面不光滑或有结节。男性应养成定期自我检查的习惯，洗澡时用手轻轻触摸双侧睾丸，感受大小、质地是否对称。睾丸癌的治愈率较高，早期治疗5年生存率可达95%以上。

排便改变、便血，当心结直肠

癌。长期便秘与腹泻交替出现，或排便次数明显增多、减少，大便形状发生改变（如变细、变扁，表面出现凹槽），应警惕结直肠癌。更危险的信号是大便带血或呈深色、黑色、柏油样，可能是癌细胞侵犯直肠黏膜导致出血，或血液在肠道内停留时间较长所致。

建议普通人群从45岁开始每年进行1次大便隐血试验，每10年进行1次肠镜检查。如果有结直肠癌家族史、肠道息肉病史或长期患有溃疡性结肠炎等疾病，筛查年龄应提前至40岁，根据医生建议缩短复查间隔。

肿块、溢液、出血，排查乳腺癌与妇科癌症。乳腺癌是女性最常见的恶性肿瘤之一，但早期治疗5年生存率可达95%。若发现乳房内出现不规则肿块，质地较硬、边界不清、活动度差，或乳头有血性溢液、内陷，乳房皮肤出现橘皮样改变等症状，应立即就医进行乳腺超声、钼靶检查等检查。

对于女性而言，阴道莫名出血也要高度警惕。子宫颈癌、子宫内膜癌等都可能导致阴道异常出血，表现为非经期出血、绝经后再次出血、性生活后出血或月经量明显增多、经期延长等，还可能伴随阴道分泌物增多、下腹部疼痛等症状。宫颈癌的发生与高危型人乳头瘤病

毒（HPV）持续感染密切相关，定期进行HPV检测和宫颈细胞学检查（TCT）是预防和早期发现宫颈癌的有效措施。

排尿异常，提防膀胱癌、前列腺癌、肾癌。泌尿系统与生殖系统的健康密切相关，排尿异常往往是这两个系统出现问题的重要信号。如果出现排尿时疼痛、尿频、尿急、尿量突然增多或减少，或尿液中出现血丝、血块，可能是患上了膀胱癌、前列腺癌或肾癌。膀胱癌患者的血尿通常表现为无痛性肉眼血尿，即排尿时没有疼痛，但尿液呈红色或粉红色，血尿可间歇性出现。

前列腺癌是老年男性常见的恶性肿瘤，早期症状不明显，随病情进展可出现尿频、尿急、排尿困难、尿流变细、尿不尽等症状，与前列腺增生症状相似，容易混淆。建议50岁以上男性每年进行一次前列腺特异性抗原（PSA）检测和直肠指检，能尽早发现前列腺癌。

肾癌患者除了出现血尿，还可能伴随腰部疼痛、腹部肿块等症状，通过腹部超声、CT等检查可以明确诊断。

溃疡不愈、淋巴结肿大，口腔癌、淋巴瘤的预警。超过2周末愈的口腔溃疡，口腔内出现白色或红色斑块，伴随口腔黏膜粗糙、麻木、