

不要慌!体检报告上这些“病症”大多是岁月痕迹

体检报告上的各类异常指标,常常让不少人心生恐慌,担心患上严重疾病。上海中医药大学附属曙光医院主任医师崔松表示,体检报告中八种常见“病症”,大多只是人体衰老的正常岁月痕迹,并非严重疾病,公众无需过度恐慌、自行诊疗。

心脏瓣膜的轻度反流。崔松给出通俗比喻:“心脏瓣膜就像咱们家里的门,用了几十年,合缝的地方有点小缝隙,有点漏风,放到瓣膜上就是导致血液漏回来那么一两滴,这叫生理性反流。”他解释,若日常爬楼、快走不会气喘,这种轻度或极微量的反流完全不用理会,这只是心脏的“鱼尾纹”,和心梗、心衰没有关联。

颈动脉斑块。对于中老年群体高发的颈动脉斑块,不少人担忧斑块脱落引发脑梗。崔松指出,斑块是否稳定,关键在于大小,而在于低密度脂蛋白胆固醇这一“冷血

杀手”。单纯斑块且无严重血管狭窄的人群,无需专门针对斑块吃药,只需戒烟、控盐、管控血压,将低密度脂蛋白胆固醇控制在合理范围,斑块就会趋于稳定,不会轻易脱落。这一现象如同水管使用久了产生水垢,是血管老化的正常表现。

动脉硬化。动脉硬化、血管钙化也是典型的衰老信号。很多人通过CT查出主动脉、冠状动脉出现点状钙化,便误以为血管病变严重。崔松表示,衰老不可逆,目前没有药物能让硬化的血管恢复柔软。若无不适症状,无需过度治疗,只需紧盯血压、血糖、血脂三项指标,避免血管进一步老化变脆,就是最佳干预方式。

心脏早搏。不少人查出心脏早搏后忧心忡忡。对此崔松解释,人体心脏每日跳动约10万次,也会出现疲劳状态,偶尔早搏、心跳停顿大多是功能性的。若24小时动态心

电图显示早搏仅数百次,且无头晕、黑矇、心慌心悸等不适,这只是身体发出的疲惫信号,无需服药。“最好的处方就是晚上11点前睡觉,少喝浓茶咖啡,心情好了早搏自然就消失了。”

小于5毫米的肺结节。崔松表示,这类结节90%以上为良性,大多是既往感冒、肺炎愈合后,或吸入粉尘后肺部留下的疤痕。医生建议定期随访,并非等待结节恶化,而是观察结节状态,若长期无变化,基本不会产生健康风险,无需过度焦虑。

甲状腺结节。甲状腺结节如今检出率很高,呈现“十人五结节”的特点。崔松提醒,只要报告未提示砂粒样钙化、边界不清,且结节等级在3级及以下,基本为良性,无需盲目手术切除。保留良性甲状腺结节,更利于人体内分泌代谢运转。

肝囊肿或者肾囊肿。肝囊肿、

肾囊肿也让不少体检者心生顾虑。事实上,这类带“囊”的病灶本质是身体水泡。崔松表示,只要囊肿直径未超过5厘米,未压迫周边器官、未影响脏器功能,就属于无害的良性病灶。囊肿并非炎症,药物无法消除,定期B超复查即可,无需特殊治疗。

非萎缩性胃炎。最普遍的非萎缩性胃炎,几乎人人或多或少存在。崔松坦言,人体长期进食五谷杂粮,胃黏膜难免出现轻微充血、水肿,临床上几乎没有绝对“光滑如镜”的胃部状态。胃镜报告中最为正常的结果便是浅表性胃炎,若未感染幽门螺旋杆菌,且无胃痛、胃胀、嗝气等不适,这算不上疾病,规律饮食、细嚼慢咽即可养护胃部。

崔松表示,大众无需过度纠结体检报告中的细微指标,与其终日忧心忡忡,不如专注管控慢性病、保持平和心态,科学养护身体健康。(据新华社报道)

分类广告

省级媒体 权威发布 微信办理 送报上门 (周一至周五出刊)

重要声明:本栏各类信息,如遇要求交付押金或预付款时,务必小心,谨防广大客户注意甄别假冒行为,谨防受骗,后果自负。

15548876987 13354876987 0471-6635651

地址:呼市新华大街61号西护城河巷(原内蒙古日报社西巷)南口北方新报广告接待中心

遗失声明·减资注销·环评公告·结婚启事·解除合同公告·送达公告·债权公告

乘车路线:地铁1号线到人民会堂站下车(东北角)或3、4、19、59、56公交

寻亲公告

李世晨于2025年2月2日在呼和浩特市和林格尔县医院东病房角捡到女婴一名,现用名:李静雯,请其生父母或其他监护人持有效证件与李世晨联系,并请广大居民予以监督,公告之日起60日无亲生父母及其他监护人认领的,公安机关将依法登记户口。

联系电话:18599028513

公告

内蒙古恒威矿业投资有限公司(以下简称:公司)已召开股东会,会议改组了公司董事会,按照《公司法》和《公司章程》的相关规定,重新选举了公司董事会成员,形成合法有效的股东会决议。公司已于2026年6月5日召开董事会,按照《公司法》和《公司章程》的相关规定,与董事会一致同意,选举刘书悦女士为公司董事长,并兼任公司法定代表人,聘任虞国荣先生为公司总经理,并形成合法有效的董事会决议,特此公告。

内蒙古恒威矿业投资有限公司 2026年6月5日

注销公告

呼和浩特市新城区防汛抗旱指挥部办公室(统一社会信用代码12150102MB0T9236XK)因机构改革,申请注销本单位,所有债权债务均由呼和浩特市新城区农牧水利局承接,现面向社会公示。

呼和浩特市新城区农牧水利局 2026年6月5日

公告

依据《中华人民共和国价格法》第四十一条、《价格违法行为行政处罚规定》第十六条之规定,我司(内蒙古亨裕泰科技有限公司)2026年1月1日至2026年4月9日经营北京肿瘤医院内蒙古分院停车场,请在此期间消费的消费者或者其他新能源车车主,自本公告发布之日起10日内,前往院内停车场收费岗亭办理退费手续,逾期未办理视为自动放弃退费,特此公告。内蒙古亨裕泰科技有限公司 2026年6月5日

公告

依据《中华人民共和国价格法》第四十一条、《价格违法行为行政处罚规定》第十六条之规定,我司(内蒙古华泊停车场管理有限公司)2022年1月1日至2026年4月7日经营内蒙古自治区国际蒙医院停车场,请在此期间消费的消费者或者其他新能源车车主,自本公告发布之日起10日内,前往院内停车场收费岗亭办理退费手续,逾期未办理视为自动放弃退费,特此公告。内蒙古华泊停车场管理有限公司 2026年6月5日

公告

依据《中华人民共和国价格法》第四十一条、《价格违法行为行政处罚规定》第十六条之规定,我司(内蒙古华泊停车场管理有限公司)2022年1月1日至2026年4月7日经营内蒙古自治区国际蒙医院停车场,请在此期间消费的消费者或者其他新能源车车主,自本公告发布之日起10日内,前往院内停车场收费岗亭办理退费手续,逾期未办理视为自动放弃退费,特此公告。内蒙古华泊停车场管理有限公司 2026年6月5日

公告

依据《中华人民共和国价格法》第四十一条、《价格违法行为行政处罚规定》第十六条之规定,我司(内蒙古华泊停车场管理有限公司)2022年1月1日至2026年4月7日经营内蒙古自治区国际蒙医院停车场,请在此期间消费的消费者或者其他新能源车车主,自本公告发布之日起10日内,前往院内停车场收费岗亭办理退费手续,逾期未办理视为自动放弃退费,特此公告。内蒙古华泊停车场管理有限公司 2026年6月5日

公告

依据《中华人民共和国价格法》第四十一条、《价格违法行为行政处罚规定》第十六条之规定,我司(内蒙古华泊停车场管理有限公司)2022年1月1日至2026年4月7日经营内蒙古自治区国际蒙医院停车场,请在此期间消费的消费者或者其他新能源车车主,自本公告发布之日起10日内,前往院内停车场收费岗亭办理退费手续,逾期未办理视为自动放弃退费,特此公告。内蒙古华泊停车场管理有限公司 2026年6月5日

公告

依据《中华人民共和国价格法》第四十一条、《价格违法行为行政处罚规定》第十六条之规定,我司(内蒙古华泊停车场管理有限公司)2022年1月1日至2026年4月7日经营内蒙古自治区国际蒙医院停车场,请在此期间消费的消费者或者其他新能源车车主,自本公告发布之日起10日内,前往院内停车场收费岗亭办理退费手续,逾期未办理视为自动放弃退费,特此公告。内蒙古华泊停车场管理有限公司 2026年6月5日

公告

依据《中华人民共和国价格法》第四十一条、《价格违法行为行政处罚规定》第十六条之规定,我司(内蒙古华泊停车场管理有限公司)2022年1月1日至2026年4月7日经营内蒙古自治区国际蒙医院停车场,请在此期间消费的消费者或者其他新能源车车主,自本公告发布之日起10日内,前往院内停车场收费岗亭办理退费手续,逾期未办理视为自动放弃退费,特此公告。内蒙古华泊停车场管理有限公司 2026年6月5日

公告

依据《中华人民共和国价格法》第四十一条、《价格违法行为行政处罚规定》第十六条之规定,我司(内蒙古华泊停车场管理有限公司)2022年1月1日至2026年4月7日经营内蒙古自治区国际蒙医院停车场,请在此期间消费的消费者或者其他新能源车车主,自本公告发布之日起10日内,前往院内停车场收费岗亭办理退费手续,逾期未办理视为自动放弃退费,特此公告。内蒙古华泊停车场管理有限公司 2026年6月5日

公告

依据《中华人民共和国价格法》第四十一条、《价格违法行为行政处罚规定》第十六条之规定,我司(内蒙古华泊停车场管理有限公司)2022年1月1日至2026年4月7日经营内蒙古自治区国际蒙医院停车场,请在此期间消费的消费者或者其他新能源车车主,自本公告发布之日起10日内,前往院内停车场收费岗亭办理退费手续,逾期未办理视为自动放弃退费,特此公告。内蒙古华泊停车场管理有限公司 2026年6月5日

公告

依据《中华人民共和国价格法》第四十一条、《价格违法行为行政处罚规定》第十六条之规定,我司(内蒙古华泊停车场管理有限公司)2022年1月1日至2026年4月7日经营内蒙古自治区国际蒙医院停车场,请在此期间消费的消费者或者其他新能源车车主,自本公告发布之日起10日内,前往院内停车场收费岗亭办理退费手续,逾期未办理视为自动放弃退费,特此公告。内蒙古华泊停车场管理有限公司 2026年6月5日

公告

依据《中华人民共和国价格法》第四十一条、《价格违法行为行政处罚规定》第十六条之规定,我司(内蒙古华泊停车场管理有限公司)2022年1月1日至2026年4月7日经营内蒙古自治区国际蒙医院停车场,请在此期间消费的消费者或者其他新能源车车主,自本公告发布之日起10日内,前往院内停车场收费岗亭办理退费手续,逾期未办理视为自动放弃退费,特此公告。内蒙古华泊停车场管理有限公司 2026年6月5日

公告

依据《中华人民共和国价格法》第四十一条、《价格违法行为行政处罚规定》第十六条之规定,我司(内蒙古华泊停车场管理有限公司)2022年1月1日至2026年4月7日经营内蒙古自治区国际蒙医院停车场,请在此期间消费的消费者或者其他新能源车车主,自本公告发布之日起10日内,前往院内停车场收费岗亭办理退费手续,逾期未办理视为自动放弃退费,特此公告。内蒙古华泊停车场管理有限公司 2026年6月5日

公告

依据《中华人民共和国价格法》第四十一条、《价格违法行为行政处罚规定》第十六条之规定,我司(内蒙古华泊停车场管理有限公司)2022年1月1日至2026年4月7日经营内蒙古自治区国际蒙医院停车场,请在此期间消费的消费者或者其他新能源车车主,自本公告发布之日起10日内,前往院内停车场收费岗亭办理退费手续,逾期未办理视为自动放弃退费,特此公告。内蒙古华泊停车场管理有限公司 2026年6月5日