查出甲状腺结节，别慌但千万别忽视

我省甲状腺癌高发、年轻化，也更爱找上女性　专家提醒："懒癌"不全都懒，做好筛查

扫码看视频

近日，国家癌症中心公布2024年我国发病前五位癌症，甲状腺癌升至第三位，"甲状腺癌近20年爆发式增长""甲状腺癌发病为何越来越多"等成为网民热议话题。

湖南省甲状腺癌发病是否也有同样趋势？为什么出现这样的情况？年龄比例有什么特点？如何预防及早期发现？10月25日，记者采访湖南省肿瘤医院专家进行了解。

湖南甲状腺癌高发，年轻化趋势明显

近日，国家癌症中心在《中国肿瘤》杂志发表了《2024年中国人群恶性肿瘤发病与死亡年龄特征分析》。内容显示，2024年全国恶性肿瘤新发病例约515.06万例，死亡病例约258.22万例。按新发病例数排序，前五位为肺癌、乳腺癌、甲状腺癌、结直肠癌和肝癌。

湖南省肿瘤医院头颈外一科主任医师、博士谭平清表示，湖南甲状腺癌发病趋势与全国基本一致，近年来发病率持续上升，尤其女性发病率更高，年轻化特征也越来越明显。而在部分沿海地区，甲状腺癌已位居女性恶性肿瘤发病率第一位。

根据《2025年湖南省肿瘤登记年报》，湖南癌症整体发病率缓慢走高，女性恶性肿瘤发病顺位中，甲状腺癌已经跃居第3位，35岁以下人群甲状腺癌发病率上升趋势尤为突出，也印证了甲状腺癌年轻化、女性高发的本土发病特点。

谭平清分析，这是多种因素共同作用的结果。首先是体检普及和检查技术提高，使过去不易发现的微小病灶被更早检出；其次，甲状腺是内分泌器官，受情绪、压力、作息影响较大，女性群体更容易受此影响；部分甲状腺癌具有家族遗传倾向；碘摄入异常、肥胖、不良生活方式等也可能增加发病风险。

别被"懒癌"误导，它并不总是温和

很多人把甲状腺癌称为"懒癌"。谭平清解释，这一说法主要针对约90%的分化型甲状腺癌，包括乳头状癌和滤泡状癌。这类肿瘤通常进展较慢，预后相对较好。但甲状腺癌并不全都"懒"。谭清平解释，其中髓样癌、未分化癌恶性程度较高，进展更快。医生临床上也常常接诊部分甲状腺癌乳头状癌原发肿瘤很小，却已发生广泛淋巴结转移，甚至肺转移。

谭平清强调，不能因为"懒癌"的说法而放松警惕，更不能拖着不检查、不评估。"体检查出甲状腺结节很常见，但绝大多数结节并不是癌。"谭平清建议，查出甲状腺结节后，不要过度焦虑，多数甲状腺结节为良性，进展缓慢；也不要置之不理，特别是直径较大、边界不清、形态不规则、有钙化或血流异常的结节，应由专科医生评估。建议到正规医院甲状腺外科或头颈外科就诊，必要时做细针穿刺活检；评估后要按医嘱随访或治疗，良性结节可定期观察，可疑或恶性结节则需规范手术或其他治疗。

如何守护甲状腺？谭平清建议，保持规律作息，避免长期熬夜；学会释放压力，保持情绪稳定；坚持适度运动，控制体重；饮食均衡，避免长期高碘或碘缺乏；有家族史、女性、长期高压人群，更要重视甲状腺筛查。

■文/视频 三湘都市报全媒体记者 李琪
通讯员 彭璐



扫码看视频

AI制图

"比亲人还亲"的人，可能在盯你的养老钱

警惕四类涉老陷阱，消费前做好"六个务必"

养老钱最危险的时刻，往往不是独自面对账单，而是身边突然多了一个"比亲人还亲"的人——记得你腰疼的老毛病；比子女还勤快地日日问候；拍着胸脯说"跟着我，稳赚不赔"。

正值2026年"敬老月"，本报记者梳理湖南相关涉老案例，盘点4类高发消费陷阱，提醒老人及其家人守好银龄安全。

陷阱一：预付养老费"返服务费"

即将退休的黄先生，为提升退休后的生活品质，于2020年3月2日与湖南某老年服务公司签订养老服务合同，预订金11万元，合同期一年。合同约定：入住满一年，赠送价值1.1万元福利消费券，可抵扣养老院消费；一年内未入住，期满后可全额退还剩余预订金，但不计利息。合同到期后，黄先生多次索要预付金，公司却以各种理由推诿。黄先生向湘乡市人民法院起诉，请求解除合同并返还预订金。

法院审查认为，涉事公司因犯非法吸收公众存款罪、集资诈骗罪，已于2022年9月6日被判刑，并责令退赔非法吸存金额。黄先生所诉的11万元，已在刑事判决中确认并责令退赔。黄先生应通过执行责令退赔挽回损失，不应就同一事实再提民事诉讼，故驳回起诉。

预付不等于投资。老人交出去的是养老钱，买回来的应当是对应的照护服务，而不是一张承诺"返利""回购"的纸。养老服务合同中一旦塞进"无风险""高收益""稳赚不赔"，就是把养老服务异化成集资工具。

陷阱二：身边突然多了嘘寒问暖的陌生人

2024年1月，湘潭市岳塘公安分局建设路派出所接到潘奶奶报警，称遭遇长达7年的网络诈骗，被骗60余万元。

起初，潘奶奶与嫌疑人通过微信认识。聊天中，嫌疑人得知潘奶奶曾有一个儿子不幸去世，自己恰好与其年纪相仿。他利用潘奶奶思念儿子的心理，当起"干儿子"，隔着网络嘘寒问暖。潘奶奶逐渐陷入"温情"陷阱，对方陆续以"生病""生意需要资金"等理由索要钱财，7年多达60余万元。直到嫌疑人涉嫌酒驾被拘留，失联期间，潘奶奶幡然醒悟，赶忙报警。

这类套路并不高明，真正"高明"的是精准击中老年人对陪伴和亲情的渴望。

陷阱三："古董"诈骗瞄准中老年人

2024年2月，流窜全国的前科人员刘某某、黄某某、杨某某商议到长沙"搞点钱"。刘某某网购一批印有"八方来财""招财进宝"字样的银色道具盆，摆摊售卖"工地刚出土"的"古董"。主要瞄准菜市场购物的中老年人，在长沙开福区、岳麓区、天心区多个菜市场附近连续作案4起，骗取4名中老年被害人共计9000元。

最终，5人因诈骗罪分别被判处一年一个月至八个月不等有期徒刑，并处罚金；扣押的道具盆、道具照片等由扣押机关依法没收；责令5人共同退赔4名被害人全部损失。

法官提醒：我国境内地下、内水和领海中遗存的一切文物均属国家所有；即使是个人合法所有的文物，买卖也受严格限制。

陷阱四："专家"讲座推荐保健品

"这些东西比我的命还重要！"儿子试图清理家中堆积的保健品时，72岁的龙奶奶情绪失控哭喊。

龙奶奶是一名退休教师。她在花垣县街边闲逛时，接到"怡佳理养生堂"店员递来的传单，"免费领鸡蛋"吸引了她。进店后，热情的"健康顾问"一口一个"干妈"，记得她的生日，常打电话嘘寒问暖。取得信任后，龙奶奶被邀请参加"老年养生课堂"。课堂上，"专家"宣讲一款名为"生命能量液"的产品，声称采用高科技，能治疗高血压、糖尿病甚至癌症。

在"不吃药、不打针，包治百病"的诱惑下，老人被洗脑，把每月退休金全部投入购买这些产品，家中保健品堆积如山。更严重的是，她迷信产品功效，擅自停用医生开具的药物，导致病情加重。

保健食品不是药，讲座上的"专家"也不是医生。凡是把保健品说成能"治病""根治""替代药物"的，已经越过法律红线。

■文/视频 三湘都市报全媒体记者 杨昱

提醒

消费前做好"六个务必"

湖南省市场监管局、省消保委日前联合发布消费提示，提醒老年消费者消费前做到"六个务必"：务必牢记保健食品不是药品；务必不贪"免费"的便宜；务必在大额消费前先"缓一缓、问一问"；务必谨慎对待预付式消费和养老投资；务必守护好个人信息和支付安全；务必全程留痕保存消费凭证。