

# 肠息肉会变成肠癌吗?

## 听听滨医附院结直肠外科专家怎么说

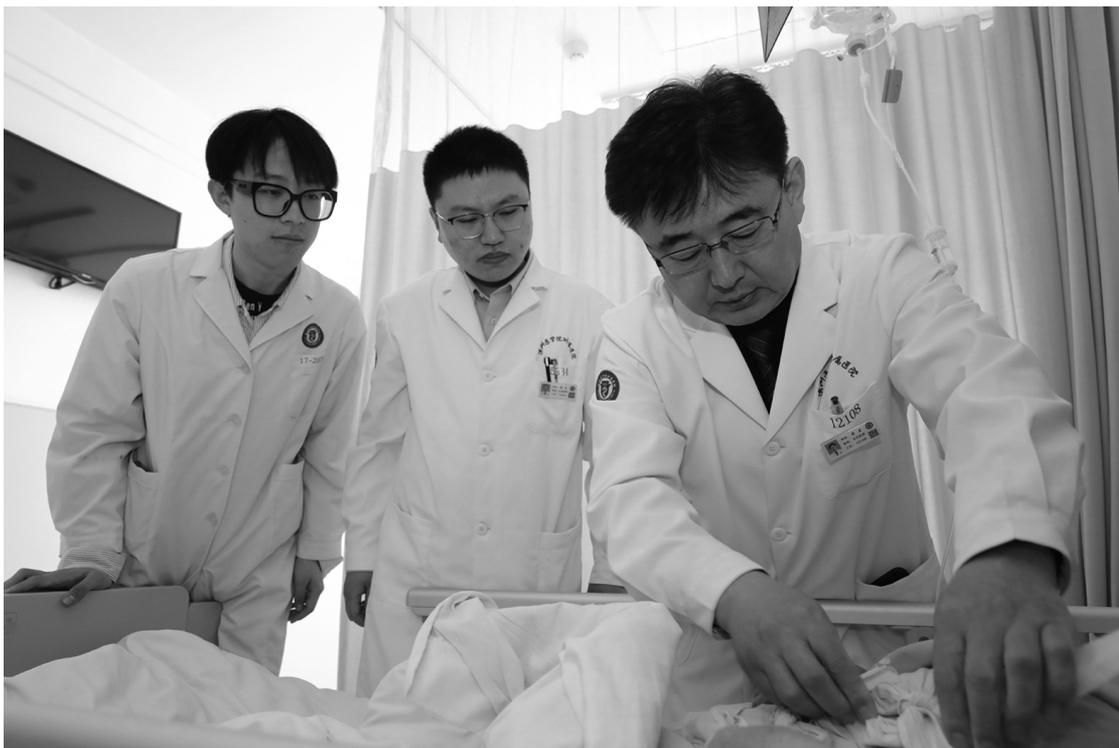
□晚报记者 刘飞  
通讯员 张莹莹

在刚刚过去的全国肿瘤防治宣传周,滨州市公布了2023年度滨州癌症患者数据:去年,我市共检测癌症患者11615例,其中,男性发病前5位癌症中,结直肠癌位列第2位,女性发病前5位癌症中,结直肠癌位列第4位。

同样,根据国家癌症中心2024年3月发表于《中华肿瘤杂志》的《2022年中国恶性肿瘤流行情况分析》中数据表明,2022年结直肠癌新发病例数位于恶性肿瘤第二位,约51.71万,结直肠癌的发病率正呈现上升趋势,已经成为不容忽视的存在。

而结直肠癌初期症状不明显的发病特点也让很多市民担忧:做肠镜发现了肠息肉,会转变为肠癌吗?日常生活中,出现什么样的症状需要及时就医?到底如何才能避免结直肠癌的出现?……

对此,滨医附院结直肠外科主任蒋宏进行一一解答。



### >>> 结直肠癌发病率逐步提升并有年轻化趋势

看到最近的癌症发病统计数据,不少市民会有疑问,为什么结直肠癌的发病率越来越高,甚至超越了一直以来都位列前几位的胃癌?

对此,蒋宏解释,结直肠癌与“吃啥”关系密切,近年来人们饮食结构的改变,是结直肠癌发病率升高的主要原因之一。

相关数据表明,我国结直肠肿瘤发病率因地域及经济发展水平不同而存在区别:城市结直肠癌发病率高于农村;南部发病率最高,中部地区最低。总体来说,经济水平较发达地区的结直肠癌发病率要高于经济欠发达地区。

“结直肠癌的确切病因

尚不明确,其高发率可能与多种因素有关,大量研究证据表明结直肠癌的发生发展是由遗传、环境和生活方式等多种因素,长期、共同作用的结果。”蒋宏说,除去遗传因素,不健康的饮食习惯,造成了结直肠癌发病率连年升高。

滨医附院结直肠外科曾经收治过好几例夫妻均患结直肠癌的病例,“老太太确诊为结肠癌,经过手术治疗后治愈出院。过了一段时间,老头又感觉不适来门诊就诊,确诊为直肠癌。”蒋宏说,详细询问病史,老两口平时很少食用新鲜蔬菜水果,长期食用“咸菜”“虾酱”等腌制食品。

“滨州处于东部沿海地区,本地居民多喜欢食用红肉

及腌制食品。过量摄入红肉和加工肉品、腌制食品、过多脂肪蛋白质的摄入、缺乏膳食纤维等都会导致结直肠癌发病率升高。”蒋宏解释,另外,缺乏足够体育锻炼,生活节奏快,精神压力大,导致身体免疫力下降。吸烟和过度饮酒等都可能增加患结直肠癌的风险。

除此之外,结直肠癌发病率随着年纪增长而上升,40至44岁之后上升明显,80到84岁达到最高,男性各年龄组发病率均高于女性。此外,蒋宏提示市民,近年来,结直肠癌的发病也存在年轻化趋势,“门诊上20到30岁的患者也有,我们还曾接诊过一名18岁的肠癌患者。”

### >>> 大部分结直肠癌由肠息肉演变而来

尽管上述诸多因素可能增加结直肠癌的风险,但并非所有人都会因为这些因素而患病。结直肠癌的发生是一个复杂的过程,受到多种因素的影响,但毋庸置疑的一点是,肠癌大多是由肠息肉演变而来。

蒋宏表示,肠息肉是一种常见的肠道疾病,大部分大肠癌(包括直肠癌、结肠癌)是由大肠腺瘤性息肉演变而来的。肠息肉发展成肠癌的时间因人而异,通常需要5到15年时间。但也有研究表明,部分患者可能进展较快,时间会缩短至2至3年。

如果市民在体检过程中发现肠息肉的存在,是否需要切除呢?

“这取决于多种因素,包括息肉的大小、数量以及是否存在不适症状等。”蒋宏称,肠息肉的发展过程一般较为缓慢,从小息肉到大肠癌的转变需要经历一系列的步骤,“肠息肉分为几种类型,其中腺瘤性息肉具有较高的癌变风险,而炎症性息肉一般不会发生恶变。肠息肉若无症状,可能在体检时偶然发现。若有症状,如便血、腹痛、大便性状改变等,应及时就医,根据息肉的大小、位置和性质决定具体的治疗策略。”

值得注意的一点是,早期结直肠癌可能不会有明显症状,随着病情的发展,症状才会逐渐显现。那出现什么样的症状需要及时就医呢?

“结直肠癌的发病特点主要包括排便习惯改变、粪便性状改变、腹痛、腹部肿块、贫血、体重下降等。”蒋宏说,比如排便次数增多,腹泻与便秘相交替,直肠癌会有里急后重感,晚期会出现急性肠梗阻表现,“另外还可能出现粪便表面带血及黏液,甚至出现脓血便、血便,大便性状改变。”

“肠癌发病高危人群更需注意,如一级亲属具有结直肠癌病史;本人有肠道腺瘤病史,患有8到10年长期不愈的炎症性肠病,检查发现粪便潜血试验阳性,长期存在慢性精神刺激等情况,应定期进行结直肠癌筛查。”蒋宏表示。

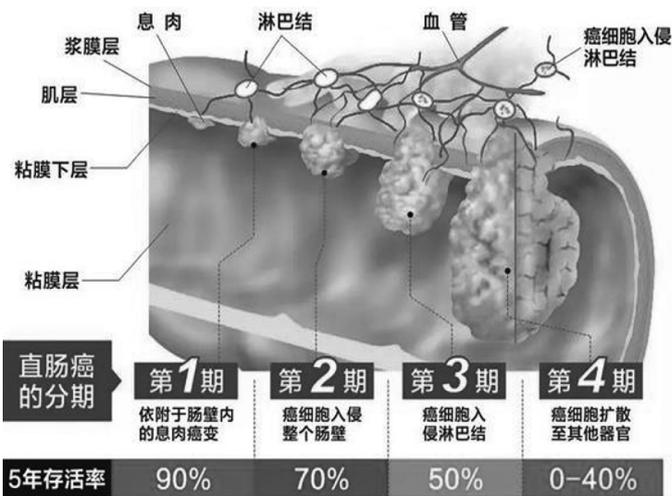
### >>> 保持良好生活与饮食习惯预防结直肠癌发生

结直肠癌的发生与“吃”息息相关,而且据相关数据统计,糖尿病患者的结直肠癌发病风险是健康人群的1.2至1.4倍,肥胖也会增加结直肠癌的发病风险。因此,结直肠癌的预防主要通过健康的生活方式、合理的饮食习惯、适量的体育活动以及规律的筛查来降低发病风险。

“有效的预防措施包括减肥、保持健康的饮食习惯,合理平衡膳食,减少红肉类及腌制品摄入,多食粗粮、多吃蔬菜水果、适量运动、戒烟限酒、定期筛查等。”蒋宏说,要保持健康乐观心态与良好的社会精神状态,减少环境致癌因素接触,如化学、物理、生物等致癌因素,市民也注重自我健康管理,了解遗传、免疫、内分泌因素的促癌作用。

由于发病前期症状的隐匿性,结直肠癌筛查是预防结直肠癌的关键措施,对不同性别、年龄和不同遗传因素的人群进行健康体检、肿瘤筛查,早期发现癌症或癌前病变,早期治疗,可有效降低结直肠癌的发病率和死亡率。

“年龄到40岁以上,每5至10年就应该进行一次肠镜检查,如果存在高危因素,相应检查间隔时间也应缩短。”蒋宏说,结直肠癌的筛查方法多样,如果筛查对象拒绝直接接受肠镜检查,还可以选择粪便隐血试验(FOBT)、粪便免疫化学检测(FIT)及多靶点粪便FIT-DNA检测、胶囊内镜、检测血液肿瘤指标等方式。



(资料图)