

癌症筛查，到底查什么？

文：张晓彤医生

前言

最近看到一篇题为《X院士：癌症的早发现早治疗收效甚微，不应提倡》的文章，点击量愈十万，数百人赞赏。坦白地说，我之所以打开看，只是因为它挂着我学生时代颇为敬重的师长的名字。该院士有没有讲过这样的话，是不是小编断章取义都无从考证。但从内容看，不过是另一篇打着名人幌子，不知所云的文字。

如果有人问，癌症的早发现早治疗收效甚微，可以直接把英美过去半个多世纪的宫颈癌数据甩ta脸上。

英国1950-70年代，随着筛查的普及，宫颈癌发病率逐年下降。

美国过去半个世纪宫颈癌死亡率一路下降，成效亦得益于Pap和HPV检查的普及。

同样可以用来打上文作者脸的是最新的中美癌症患者生存率的比较。2017年美国癌症报告表明：过去二十年，癌症总体死亡率已经下降了25%。癌症筛查的推广功不可没。

但是，如果有人问，某些癌症的早期筛查效果甚微。这个说法是有道理的。

什么是癌症筛查

经常听到美国这边的朋友抱怨：“每年体检时X光、CT、MRI什么都不给我做，不知道医生怎么当的。”于是回国，体检套餐，CT，MRI，从头到脚，想做什么全都查了。美国医生真的不知道什么病人什么时候该做什么检查吗？

带着这些疑问，我们真正需要知道的，其实是：癌症的早期筛查，早发现早治疗的效果到底如何？筛查对所有癌症都有用吗？当然不是。每个癌症都不同，不能一概而论。我们先看看什么是癌症筛查？

所谓“筛查”，是指在有症状之前进行体检，以期发现某种疾病。在美国，一种检查方法用于临床癌症筛查必须同时具备以下几点：

- 有效性及特异性，可以相对灵敏地发现某种癌症以及癌前病变
- 安全性，没有明显副作用
- 可操作性，经济方便，可以用于大量人群的筛查

在此基础上，还需要有几年研究数据的支持，如何解读筛查结果，制定筛查频率，以及治疗方法。所有这些都需定期回顾，及时调整。

哪些癌症有比较可靠颇有成效的筛查方法

美国疾病控制预防中心（CDC）推荐遵循USPSTF制定的指南。什么是USPSTF? U.S. Preventive Services Task Force。这是一个成立于1984年的独立组织，由全美知名的疾病预防和循证医学专家组成，主要提供疾病预防筛查方面的指导。1998年经国会授权，美国医疗研究和质控部门接管。每年向国会报告，除了推荐疾病筛查指南之外，还汇报发现的疾病预防服务中的漏洞，并且建议需要优先解决的问题。

以下四种癌症，CDC和USPSTF有明确的筛查指南。

1. 乳腺癌

适用人群：50岁到74岁的有普通风险的女性，每两年做一次乳房X线造影检查。

40岁到49岁的女性建议跟医生讨论，考虑病人的家族史，个人风险，权衡利弊后做决定。

筛查手段

X线造影(mammography)：研究已经证明常规的X线造影可以降低死于乳腺癌的风险。

核磁共振(MRI)：核磁共振一般跟X线造影一起使用。因为有些时候MRI会有一些假阳性，所以只适用于高风险的人群。

2. 宫颈癌

适用人群：21岁到65岁的女性。

筛查手段：宫颈涂片(Pap smear)和HPV检测。这两项筛查可以有效地发现早期病变，及时干预，阻断癌症的发展。

3. 肺癌

适用人群：必须同时满足以下三个条件

- 有重度吸烟史(有具体标准)
- 现在仍在吸烟或者是在过去15年内戒烟



- 55岁到80岁之间。

筛查手段：低剂量螺旋CT

肺癌的筛查有更为严格的控制，主要因为以下几个因素：

- 筛查可能会有假阳性，也就是说一个本身并没有癌症的人被诊断为患有癌症

- 有可能引起过度诊断进而导致过度治疗

- 重复多次的低剂量CT有可能导致健康人患癌

说一百遍：最好的降低肺癌风险的方法不是筛查，而是戒烟并且避免二手烟。肺癌筛查绝对不能代替戒烟。这一点无论如何强调都不过分。

美国肺癌死亡率的下降，跟60年代开始的控烟运动，公开场合全面禁烟，提高烟草税等努力密切相关。

如果你不在乎自己，那你能不能不要给你的孩子制造二手烟？

4. 结直肠癌

几乎所有的结肠癌都是从癌前病变经历十几年发展而来的。筛查主要是发现并去除这些癌前病变，进而阻断可能的癌症。结直肠癌的早发现早治疗效果也很好。

适用人群：常规的筛查从50岁开始，不分男女。筛查对预防结肠癌至关重要。推荐所有50岁到75岁的人群接受筛查。76到85岁，跟自己的医生商量。

- 以下人群建议在50岁之前就开始筛查
- 自己或者直系亲属有过息肉或者

是结肠癌

- 患有炎症肠道疾病，比如说溃疡性肠炎或者克罗氏肠炎

- 患有APC或者HNPCC综合症

多种筛查方法，肠镜大约每十年做一次。

针对卵巢癌、前列腺癌和皮肤癌的筛查

虽然有一些检查方法，但是，目前的检查手段并不能灵敏特异地早期诊断，也不能有效地降低这些癌症导致的死亡率，所以不推荐作为医疗常规。

其它没提到的癌症更是连可行的检查方法都没有，更别提有效的早期筛查了。

结束语

癌症筛查，因癌而异，因人而异。有些癌症（乳腺癌，宫颈癌，肺癌，结直肠癌）可以有效筛查，早发现早治疗，而且效果不容置疑。更多的癌症，没有有效的筛查手段，需要跟自己的医生讨论。

美国对各个癌症筛查有明确的指南和管理，医生在遵循指南的大前提下，结合每个病人的情况有所调整，避免过度检查和过度治疗。

癌症筛查无疑是诱人的朝阳行业，但是如果缺乏科学的指南和严格的管理，也不可避免地会沦为混乱的菜市场。

(张晓彤 医生 MD, MPH. Cleveland Clinic 本文首载于作者微信公众号：同语轩)