

健康体检 你“检”对了吗？

“只查不管”
等于没有检

“医生，我去年体检好像血压有点高，但我平时没有啥症状，也就没有理会，今年咋就成高血压了？”一位体态微胖的中年男子急切地询问着医生。“每个人的身体状况不同，表现也不同。没有症状不代表没有危险，血压出现异常就要及时管理，不然会持续升高。”医生回复。

“虽然人们越来越重视体检，但大多数人检完就完了，后续的健康管理没跟上，等于没有检。”韩颖提醒，“健康体检不等于健康管理，体检项目查得对，还要管得好。”

“检查出结果不是目的，需要对健康进行持续性的关注和管理。只体检、不干预，缺少专业医生针对性的解读和健康指导，忽视对已发现疾病风险因素的干预，可能导致潜在疾病进一步发展。”市人民医院体检中心主任赵鑫峰提醒，“现在越来越多体检者的血糖、血脂、血压等指标异常，且疏于针对性的管理，时间一长，很容易患上高血压、痛风、糖尿病、高尿酸症等疾病。”

“定期健康体检，就是为了做到早发现、早干预、早诊断、早治疗。只有针对健康体检中发现的问题进行及时、有效干预，有病治病、无病防病这样才有意义，从而才能提高健康水平。”韩颖说，“其实，有很多健康问题是能够通过调整生活方式、饮食习惯、加强运动来改善的。”

记者 刘涛 文/摄



护士为体检者抽血化验。

11月2日上午，市人民医院体检中心人头攒动，前来体检的人在各个检查窗口排队等候。随着生活水平提高，人们越来越关注自己的身体健康，每年至少体检一次，已经成为大家的共识。那么，你真的会体检吗？

检查项目要因人而异

在体检中心服务台前，一位中年女性正咨询：“我的体检套餐中有宫颈癌筛查吗？”“没有，是最基础的妇科检查。”“我想增加这项检查，需要怎么办？”……

“我们接待的体检以单位团体居多，以套餐方式选择体检项目为主，体检套餐一般涵盖基础项目，如常见病风险因素、慢性病、部分重大疾病的筛查。”市人民医院体检中心负责人韩颖说，“疾病的发生往往与个体遗传因素、生活环境和习惯密切相关，不同个体患病的几率也不一样，所查项目也要因人而异，有所侧重。”

“如今人们的健康意识提升，个性化体检方案也开始被更多的人接纳。”韩颖建议，选择“1+X”个性化体检方案，即基础体检项目加专项体检项目。专项体检是根据个人生活习惯、年龄、性别、职业、家族病史等情况针对性地调整相应的体检项目，这样更有利于健康的科学评估以及疾病的早期筛查。”

应酬多的人，除了肝功能检查，可加做无创肝纤维化检测，检查肝组织受损程度；中老年人可加做骨密度检测，检查骨质疏松以及骨代谢情况；有过性生活的女性，最好加做高危型人乳头状瘤病毒DNA（HPV）检查；有胃肠肿瘤家族史的人，可增加胃肠镜检查，以便及时发现胃肠可能存在的异常情况；属于肺癌高危人群，每年应进行低剂量螺旋CT检查，如果只按普通体检套餐的项目拍胸片，有可能会漏诊，因为胸片很难发现早期肺癌及肺结节。

查出结节囊肿莫恐慌

“左侧有一个乳腺囊肿，不大，没事，定期复查就行。”市人民医院体检中心主治医师秦丽娜一边检查一边说。“大夫，囊肿是不是癌早期？需要手术吗？”一旁的郭女士赶忙追问。

“囊肿是一种良性包块，有的单独一个，也有多个的，一般来说对健康没有多大影响，体检查出也不必过于紧张。只要囊肿没有对周围器官存在压迫症状或发炎感染，基本不需特殊治疗。”秦丽娜解释，“乳腺囊肿是女性常见的乳腺良性疾病之一，其发病人群以中年女性为主，如发现囊肿可定期复查，每半年做一次B超或彩超，40岁以上患者每年可加做钼靶检查。”

“很多人体检时，查出各种结节、囊肿、息肉、增生，就不淡定了，甚至担心会发展成癌。其实，没有必要恐慌。医生会根据其大小、形状等因素，给出相应的建议。”韩颖说，“如甲状腺结节，临床上有多种甲状腺疾病如甲状腺退行性病变、炎症等都可以表现为结节，不过甲状腺结节的恶性率不足1%，绝大部分都是良性的，不需治疗，遵医嘱定期复查即可。如肝囊肿，绝大多数不会癌变，且不会影响肝功能，只要肝囊肿没有导致身体不适都可不作处理，建议每6个月做B超复查一次，观察囊肿大小变化。”

清徐韩永胜当选2022年度全国乡村文化和旅游带头人

本报讯（记者 司勇）11月4日从清徐县获悉，文化和旅游部公示了2022年度乡村文化和旅游带头人支持项目入选人员名单，我省有17人上榜，清徐县韩永胜名列其中。

据了解，乡村文化和旅游带头人支持项目旨在加强乡村文化和旅游人才队伍建设，激发广大乡村文化和旅游工作者的创新创造活力，为乡村文化建设和旅游发展提供人才支撑，助力乡村振兴。

韩永胜是清徐徐沟人，省级非物质文化遗产项目砖雕（山西

民居砖雕）代表性传承人，清徐砖雕第四代传人。十几年来，韩永胜满怀对砖雕艺术的热爱，以抢救和保护为己任，以弘扬和传承为使命，先后筹建清徐县窑王堡窑砖雕工艺美术厂和山西民居砖雕传习所，带领团队坚持纯手工雕刻。2006年，清徐砖雕被列为第一批省级非物质文化遗产。2008年韩永胜主导申报的“山西民居砖雕”成为国家级非物质文化遗产。2009年，韩永胜被评为省级非物质文化遗产项目砖雕（山西民居砖雕）代表性传承人。

为收集散落在民间的砖雕艺术品，他踏遍周边县区，抢救收藏砖雕艺术品2500余件。同时，韩永胜团队先后为北京、天津、山东、河南以及美国、澳大利亚等地的中式古建筑修复、特色旅游开发、宾馆酒楼装修等设计制作了砖雕作品，受到客户的好评与赞誉。为延续砖雕技艺，韩永胜与大专院校、高职院校联合办学，倡导研发非遗课题，积极带徒传艺，获得“太原市‘时代新人·晋阳工匠’”、清徐县“第二批县级非物质文化遗产项目代表性传承人”等称号。

西山煤电5500余户职工喜领“大红本”

本报讯（记者 张秀丽）“大红本拿到了，心里的一块石头落了地。有了它，孩子上学、户口、贷款、抵押的问题都解决了。”11月3日，西山煤电公用事业公司职工武娟，捧着红彤彤的不动产权证书看了又看，难掩喜悦之情。截至目前，西山煤电已完成34518套住房的资料收集整理工作，转移登记32827套，剩余1691套正在办理和入户核实，已有5500余户职工家庭拿到了不动产权证书。

为了解决矿区职工的“急难愁盼”问题，进一步提升职工的获得感和幸福感，山西焦煤西山煤电积极落实有关部署要求，着力解决历史遗留问题，推进房屋产权登记确权颁证清零行动。西山煤电涉及清零行动的职工住房，主要分布在尖草坪区、万柏林区和古交市的10个街

道、26家单位，共计34518套。范围广、时间紧、任务重，历史遗留问题多，需要工作人员想方设法，攻坚克难，快速突破、快见成效。

西山煤电房地产分公司经理魏海燕介绍，接到“清零行动”任务后，房地产分公司成立了专班团队，制订实施方案，倒排工期、挂图作战，把责任落实到每个人。住户档案收集是办证的前提，也是最困难的一个环节，有的需要追溯到上世纪60年代，那时许多管理还不规范，取证不易。一直奔走在办证一线的山西焦煤西山煤电房地产分公司证照科科长王烁深有感触：“是遇到一些困难，但都一一化解，领证时，业主们发自内心地高兴。接下来，我们会继续按照顺序分批办理，争取尽快完成所有职工家庭的办证工作。”

我市公布高考报名咨询电话

本报讯（记者 张晓丽）2023年高考报名在即，为方便报名期间考生咨询，11月4日，市招生考试管理中心公布了各县

（市、区）招生考试机构电话。
小店区：7172981；迎泽区：4036762，4036307；杏花岭区：3089856；尖草坪区：6036638；万

柏林区：2793845；晋源区：6592513；清徐县：5722590；阳曲县：5568908；娄烦县：5399051；古交市：5233678。