

它是离年轻人最近的癌症 也是过度治疗最多的癌症

现在很多人在体检时都会发现自己有甲状腺结节。在有了甲状腺结节后,每年都会复查甲状腺超声以随访跟踪结节的变化情况。有的人还会做一次7项甲状腺相关的抗原和抗体检测——这些血液检测主要是用于评估甲状腺功能(判断是否患有甲亢或甲减)和排查自身免疫性甲状腺炎(如桥本甲状腺炎)。不过,如果真患有甲亢或者甲减,通常我们自身也会有感觉,比如会变得更怕热或者怕冷、很活跃或乏力,还有就是体型不正常地变瘦或变胖。对于甲状腺癌的确诊,当前常用的判断标准是超声检测,加上细针穿刺活检。这两项技术从上世纪80年代开始发展并普及,推动了甲状腺癌在全球的确诊人数明显增加——在此之前,甲状腺癌还被认为是一种相对罕见的癌症。相比于此前主要靠医生触诊,超声检测和细针穿刺活检能发现更微小的病变。然而,这也导致了一个令研究者担忧的问题:除了识别出真正具有危害的恶性肿瘤,这些高灵敏度的技术也会检测出大量的进展缓慢、惰性生长的肿瘤。这可能导致部分患者接受不必要的治疗,因为在其自然生命周期内,这些惰性肿瘤很可能永远不会引起症状或威胁生命。

最接近年轻人的癌症

确诊甲状腺癌的人数正在迅速增加。根据《2025版北京市体检人群抽样健康报告》,甲状腺癌已经成为北京市体检人群随访确诊癌症中占比最高的癌种,高达48.08%。

根据另一项11月19日发表于《柳叶刀·糖尿病与内分泌学》的研究,在全球的年轻人(15至39岁的青少年和青年)中,甲状腺癌已成为了最常见的癌症之一。

该研究显示,2022年,全球约有23.7万例甲状腺癌新发病例,约2100例死亡病例。在年轻女性群体中,甲状腺癌占有

新发癌症病例的20.3%,是该群体中第二大常见癌症,仅次于乳腺癌。而对于年轻男性群体来说,甲状腺癌是最常见的癌症,比例为13.6%。

虽然甲状腺癌的检出率很高,但癌症死亡率并没有随之上升,而是处于稳定甚至有下降的趋势。这项新研究还发现,甲状腺癌的发病率与死亡率之比远高于其他癌症,在女性和男性群体中,这个数值分别超过了3300和600,其他癌症的发病率和死亡率之比一般低于100。由此可见,相比于患其他癌症,患甲状腺癌或许能算是某种“幸运”。

从结节到肿瘤

在这个庞大的、确诊甲状腺结节,甚至甲状腺癌的群体里中,小编似乎只是微不足道的一员。但恐怕很多人像我一样,常会担心自己的结节增大。一些过往的研究显示,全球有一半的人似乎都会出现甲状腺结节,而结节癌变的风险大概为5%~10%。

不过,根据2022年一项发表于《临床甲状腺学》的研究,即便甲状腺结节大于1厘米的患者,癌变的风险似乎也只有1.1%。研究人员分析了1989年3月至2013年4月间,在德国一家医疗中心就诊的17592例患者,这些患者的结节均大于1厘米。

其中,有7776例患者出现了一项或多项疑似癌变的特征,包括低回声、边缘不规则和微钙化等。医生对他们进行了细胞穿刺活检,剩余55.8%的患者仅接受

了甲状腺超声检查。最终,有1293例患者接受了手术治疗,6731例患者接受了长期随访,最长为23年,平均5年。

研究人员通过组织学分析发现在这个群体中,最终只有189位患者发展出了恶性甲状腺癌,占总人群的1.1%。其中155名患者在一年内,即被诊断。剩下的34名患者中,25名是在随访第2~5年内确诊,9例是在随访第6至10年确诊。这也意味着,随访超过5年后,结节发展为恶性肿瘤的风险为0.05%,不到千分之一。

总体来看,即便是直径大于1厘米的甲状腺结节,癌变率也仅为1.1%,低于既往报道的5%至10%。研究人员表示,希望可以以此安抚新诊断出甲状腺结节的患者,减少不必要的诊断和治疗。实际上,在《柳叶刀·糖尿病与内分泌学》一文中,研究者也表示,当前甲状腺癌的全球流行主要是由于过度诊断。

这些研究都体现了恶性肿瘤确诊的一个标准:只有分析手术获得的病理学样本后,才能完全判断患者是否患上了恶性肿瘤。一般来说,细胞穿刺活检会因为取样较少,难以窥见甲状腺的全局。

不过,一些研究人员正在评估更多的检测方法,包括免疫组织化学分析、基因检测和粗针穿刺活检等,以确定处理甲状腺结节的最佳方法。



不得不防的恶性肿瘤

更灵敏的检测技术让更多医生无法通过触碰发现的甲状腺癌,也被检测出来。乳头状微癌(Microcarcinomas)是其中的一个典型。它是乳头状甲状腺癌的一个亚型,结节大小通常小于1厘米。在新发甲状腺癌病例中,乳头状微癌的占比达到了50%。这种癌症发展缓慢,更常见于年轻女性,通常没有症状,且预后极佳。

据BBC发表的一篇文章,对这类癌症的过度诊断,让很多患者接受了不必要的医疗干预,例如甲状腺全切或部分切除手术和放射性碘治疗。患者也因此遭受一些手术的副作用,包括声带麻痹等。他们出现继发性癌症的风险也会增加——一些专业人员认为,这是由放射性碘治疗导致的。

目前,对于结节较小、没有明显病理特征的甲状腺癌,采用超声进行主动监测,也是一种常见的首选方法。这主要是为了监测癌症是否扩散至周围的淋巴结。因为一旦发生转移,癌症的性质和治疗难度会明显增加。

除此之外,甲状腺未分化癌(Anaplastic thyroid cancer)也非常值得关注。虽然它只占患者比例的1%,但却导致了20%的甲状腺癌死亡病例。这种癌症的发展十分迅速,很多人确诊时已经是晚期。

如果有人发现自己脖子上的肿块突然变大,以及出现声音哑、呼吸不顺的情况,立即就医是最好的选择。

甲状腺癌的诊断率增加,不仅和检测手段的进步密不可分,一些研究人员推测还有其他的一些因素发挥了作用,比如辐射事故和经常接受电离辐射检查。比如,在1986年切尔诺贝利核事故之后,一些科学家观察到,生活在周围地区的儿童的甲状腺癌发病率明显上升。

一些研究者也在担心肥胖(高BMI值)对甲状腺癌的影响。目前已知的是,肥胖人群更容易出现甲状腺功能异常。但这种异常和甲状腺癌的关系还需要进一步探究。

据环球科学

周继龙/图

