



# 心系员工 情暖人心

## 经济开发区举行2024年度企业职工健康体检

为增强开发区企业职工的健康意识，提高职工健康水平，昨日下午，“心系员工 情暖人心”——经济开发区2024年度企业职工健康体检活动在东阳木雕小镇实训基地内举行。

本次活动由经济开发区总工会、东阳木雕小镇主办，市人民医院协办，东阳菜根产业运营有限公司承办，旨在通过专业的医疗检查和健康知识普及，为职工们提供一个全面了解和掌握自身健康状况的机会，进一步推进“健康企业”建设。

专题讲座中，市人民医院甲状腺乳腺外科主任胡桂女、肿瘤放疗科副主任蔡忠芳、副主任医师张帆分别围绕甲状腺、乳腺疾病的预防及“两癌”筛查等主题，通过PPT讲解、案例分析的形式，深入浅出地为企业职工们讲解疾病的预防知识、早期发现的重要性、日常保健措施等内容，帮助职工增强健康意识，提高自我保健能力。

“平常想不到甲状腺这块，今天检查过，没问题就安心了。”在木雕小镇一家文物修缮企业从事木工的田应杰说，他所在的企业每年一次会组织员工体检，但他对甲状腺健康这一方面缺乏关注和了解，通过参与当天的健康讲座和检查学到了很多知识。

讲座结束后，职工们按照现场工作人员的指引，有序排队参加健康体检。检查内容包括甲状腺筛查、乳腺筛查、“两癌”筛查等，通过现场检查和B超等方式，及时发现甲状腺、乳腺疾病隐患，提高癌症早期发现率。

活动现场有近160名辖区企业职工参加，其中女性职工占多数。来自市人民医院的医务人员为女职工进行了细致地检查，面对面普及“两癌”防治知识，耐心解答各种健康困惑，让大家更加清楚自己的健康状况，做到早筛查、早发现、早治疗。

贴心的呵护让现场的女职工很感动，大家纷纷表示，这次免费健康体检活动，切实让她们体会到了工会“娘家人”的关爱，今后会注重提升自我保健意识，培养良好生活习惯，以更加健康的身心投入到工作和生活中去。



胡桂女

市人民医院甲状腺乳腺外科主任

甲状腺是人的内分泌腺体，它位于颈部，能合成和释放甲状腺激素。甲状腺激素主要作用是促进机体的新陈代谢，维持机体的正常生长发育，尤其是对骨髓和神经系统的发育影响更大，甲状腺分泌功能低下或亢进时，均可导致机体发育异常。

甲状腺结节是指甲状腺内，由于甲状腺细胞的异常、局灶性生长，而导致的一个或多个组织结构异常的团块。甲状腺结节是一种非常常见的疾病，统计发现，中国有超过2.5亿的人有甲状腺结节，其中大部分都属于

良性结节。如果抽血检查甲状腺功能是正常的，也没有颈部压迫症状，也没有影响外观，这时候只需做好定期随访。如果考虑是恶性结节或者恶性结节可能性大，就需进行外科处理，比如手术。

甲状腺问题可以影响任何年龄和性别的人，其中女性、老年人、有家族病史的人群可能更易受影响。其影响因素包括：遗传基因，作息不规律、熬夜，精神压力大，放射性接触等。

因此，要减少自身患甲状腺结节的概率，除了无法改变的客观因素

外，我们需要从工作生活饮食作息，心态调节这些方面多多注意。

在饮食上，甲状腺功能正常的情况下，可正常饮食，海鲜、海带、碘盐可以适量吃。富碘食物不要多吃，以免诱发甲状腺疾病。在患有结节伴甲状腺功能亢进（即“甲亢”）的情况下，生活中应尽量保持低碘饮食。

最后，虽然相对于男性来说，女性更容易受到甲状腺结节的困扰，但它并不可怕。正确认识甲状腺，健康规律地生活，遵照医生建议定期复查或积极治疗就能保护自身健康。



职工排队做甲状腺B超检查

## 正确认识甲状腺

## 全面预防宫颈癌

宫颈癌，简称宫颈癌，是指发生在女性子宫颈部位的恶性肿瘤。所谓恶性，是指这种肿瘤可以向子宫颈邻近的器官或组织直接蔓延或发生转移，既影响健康，又威胁生命。

世界范围内，每年约有52.8万名妇女患上宫颈癌，26.6万名妇女死于宫颈癌。在我国，每年约有10万名妇女患上宫颈癌，3万名妇女死于宫颈癌，平均每2分钟就有一名女性因宫颈癌而去世。人乳头瘤病毒（HPV）感染、多个性伴侣、吸烟、性生活过早、性传播疾病、免疫抑制等因素均可能引发疾病。

宫颈癌的预防主要包括保持健康的生活方式、接种HPV疫苗、定期筛查等。接种HPV疫苗可以预防约70%的宫颈癌，预防96.9%的HPV16/18型初次感染和94.3至100%的持续性感染。值得注意的是，接种疫苗既无法清除已有HPV感染也无法治愈已患宫颈癌的妇女。宫颈癌疫苗虽能

预防96.9%的HPV16/18型的初次感染，但是HPV16/18型感染仅与70%左右的宫颈癌相关，因此打过疫苗的女性仍需做宫颈癌的定期筛查。

2009年起，我国政府启动重大公共卫生服务项目——“两癌”筛查，对农村35至64岁妇女进行宫颈癌与乳腺癌的免费筛查。目前，该项目已经惠及全国31个省、221个县（区），每年筛查妇女1000万名。筛查建议：小于21岁无须筛查；21至29岁每3年进行1次细胞学筛查；30至65岁每5年进行“细胞学+HPV”联合筛查；大于65岁既往多次筛查阴性，则无须筛查。

宫颈癌是威胁女性健康的“杀手”，可通过健康的生活方式，接种HPV疫苗，定期筛查等手段全面预防宫颈癌。相信在未来，宫颈癌有望成为人类通过注射疫苗，筛查和早诊早治来全面预防以至消除的第一个恶性肿瘤。



张帆

市人民医院副主任医师

（文字根据讲座内容整理）



蔡忠芳为女职工检查乳腺健康