

一份体检报告让33岁的孙女士揪心：“是不是胃癌找上我了？” 肿瘤标志物升高，未必是癌症信号

□记者 高阳 通讯员 余龙尧

一份体检报告上的上升箭头，让33岁的孙女士在诊室里泣不成声。她的CA72-4指标超出正常值两倍，体检中心建议复查。“是不是胃癌找上我了？”孙女士表示，看到这个数值心里不住地恐慌。到医院进行胃镜检查后，得知是胃炎在作祟，孙女士才把心放回肚子里。她说，走出诊室时，她捏着报告的手心全是汗，心里又是“幸好不是癌”的庆幸，又是“白担心”的懊恼。

像孙女士这样被体检报告中肿瘤标志物异常吓坏的市民不少。那么，体检发现肿瘤标志物异常，究竟意味着什么？我们又该如何正确应对？带着这些问题，记者采访了舟山医院体检中心副主任医师翁绕波。她反复表示：“肿瘤标志物升高不等于患癌。但它的确提醒我们：身体正在发出某种信号，需要科学解读。”

肿瘤标志物是身体的“健康哨兵”

翁绕波介绍，肿瘤标志物是由肿瘤细胞自身合成、释放，或由机体对肿瘤细胞反应而产生的一类物质。这些物质可以存在于血液、体液、细胞或组织中，通过生化、免疫等方法能够被检测出来。简单来说，肿瘤标志物就像是身体里的“健康警报器”，一旦体内出现肿瘤相关变化，它们的水平可能就会发生波动。

翁绕波表示，目前临床常用的肿瘤标志物有数十种，根据其来源和特性，大致可以分为以下几类：

胚胎抗原类：如甲胎蛋白（AFP），主要用于肝癌的筛查；癌胚抗原（CEA），与胃肠道、肺、乳腺等多种肿瘤相关。

糖类抗原类：包括CA125（与卵巢癌关系密切）、CA19-9（常用于胰腺癌、胆管癌等消化道肿瘤检测）、CA15-3（对乳腺癌的监测有一定价值）等。

酶类：如前列腺特异抗原（PSA），是前列腺癌的重要标志物；神经元特异性烯醇化酶（NSE），在小细胞肺癌和神经母细胞瘤诊断中有重要意义。

激素类：人绒毛膜促性腺激素（HCG），常用于绒毛膜癌、葡萄胎等生殖细胞肿瘤的诊断。

蛋白质类：β₂-微球蛋白，在多发性骨髓瘤、白血病等血液系统肿瘤及部分实体瘤中可升高。

指标异常≠癌症： 多种因素可致数值波动

“肿瘤标志物升高，并不等同于患上癌症。”翁绕波说，临床上有30%~50%的肿瘤标志物升高是由非肿瘤因素引起的。以孙女士为例，她的CA72-4升高就是胃炎刺激导致的。此外，一些良性疾病如肝炎、肺炎、胰腺炎、胆囊炎等，都可能引起相应肿瘤标志物的升高。

同时，年龄、妊娠、饮酒、吸烟、剧烈运动等生理因素，以及某些药物如抗生素、抗癫痫药等，也可能影响肿瘤标志物的检测结果。例如，孕妇的AFP水平会生理性升高；长期大量吸烟的人群，其CEA数值也可能轻度超标。

那么，哪些情况下肿瘤标志物异常需要警惕呢？

翁绕波解释道：“虽然肿瘤标志物升高不一定是癌症，但也不能掉以轻心。”她建议，当出现以下情况时，应高度重视并进一步检查：

单次检测数值显著升高：一般来说，当肿瘤标志物数值超过正常参考值上限的数倍甚至数十倍时，恶性肿瘤的可能性相对较大。例如，AFP > 400ng/mL且持续8周以上，在排除妊娠、活动性肝病等因素后，应高度怀疑肝癌。

动态监测持续升高：如果连续几次体检发现同一肿瘤标志物进行性升高，即使数值尚未超出正常范围，也需警惕肿瘤发生的可能。

多项肿瘤标志物同时异常：这提示存在肿



新华社发 王鹏作

瘤的风险更高，需要进行全面深入的检查。

有肿瘤家族史或高危因素：对于有癌症家族遗传史、长期接触致癌物质（如吸烟、酗酒、接触化学毒物等）、患有慢性基础疾病（如乙肝、慢性萎缩性胃炎等）的高危人群，即使肿瘤标志物只是轻度升高，也应积极复查。

不同人群 可按需选择肿瘤标志物检测

“肿瘤标志物检测项目很多，但不是每个人都需要做检测。”翁绕波说，不同人群在体检时，应根据自身情况选择合适的肿瘤标志物检测项目。

如普通市民，在体检时可以将AFP、CEA和CA199作为基础筛查项目，对肝癌、胃肠癌等常见肿瘤进行初步排查。40岁以上市民，可增加CA153、CA125等检测，提高消化道肿瘤和妇科肿瘤的检出率。

而像长期吸烟、有肺癌家族史的肺癌高危人群，除常规项目外，应加做NSE、细胞角蛋白19片段（CYFRA21-1）等肺癌相关标志物检测，必要时进行低剂量螺旋CT检查。

有乳腺癌家族史、月经初潮早、绝经晚、未生育或未哺乳的乳腺癌高危人群，可以从35岁开始，增加CA15-3、乳腺超声及钼靶检查。

50岁以上男性、有前列腺癌家族史的前列腺癌高危人群，可以每年进行PSA和游离PSA（f-PSA）检测，结合直肠指检，早期发现前列腺病变。

正确看待肿瘤标志物异常

“面对肿瘤标志物异常，保持理性和科学的态度至关重要。”翁绕波提醒市民，既不要因一次检测结果异常就过度恐慌，也不能对异常指

视而不见。“肿瘤标志物只是癌症筛查的辅助手段，最终的诊断需要结合临床症状、影像学检查和病理结果综合判断。”她说，“如果发现异常，及时就医、规范检查，大部分情况下都能查明原因，消除不必要的担忧。”

肿瘤标志物就像是身体发出的“健康信号”，读懂这些信号，需要我们用科学的知识武装自己。翁绕波说，下次拿到体检报告时，有任何疑问都可以致电体检中心，理性看待肿瘤标志物检测结果，以更积极的心态守护自己和他人的健康。

从生活细节筑起健康防线

虽然肿瘤标志物异常不一定是癌症，但我们仍可以通过改变生活方式，降低患癌风险。翁绕波建议市民一定要保持健康的生活作息，保持充足的睡眠，避免熬夜，有助于维持身体的生物钟正常运转，促进免疫系统功能稳定。

要均衡饮食，多吃新鲜蔬菜水果、全谷物、优质蛋白质，减少红肉和加工肉类摄入，避免高盐、高脂、高糖饮食。例如，西兰花、胡萝卜等富含抗氧化物质，有助于清除体内自由基；大蒜、洋葱中的含硫化合物具有一定的抗癌作用。

要适度运动，每周进行至少150分钟的中等强度有氧运动，如快走、慢跑、游泳等，或75分钟的高强度有氧运动，同时结合力量训练，增强体质，提高机体免疫力。

要戒烟限酒，吸烟是多种癌症的主要危险因素，戒烟可显著降低肺癌、膀胱癌等癌症的发病风险；过量饮酒与肝癌、食管癌、胃癌等密切相关，应限制饮酒量。

“当然，定期体检也很重要。”翁绕波说，大家要重视每年的常规体检，尤其是高危人群，应根据医生建议增加肿瘤标志物检测和专项筛查项目，做到早发现、早诊断、早治疗。