

关爱银龄健康 筑牢健康防线

2026年老年人肿瘤标志物筛查启动

□记者 姜琰 杨扬



图为活动现场(受访者供图)

癌症是危害居民生命和健康最重要的慢性病之一,筛查和早诊早治是公认的癌症防治最有效的途径。实施肿瘤标志物筛查项目旨在做到肿瘤的早诊早治,提高肿瘤早期患者的治疗率,减少患者的医疗花费,减轻和避免晚期肿瘤所带来的痛苦和危害,有效地保障群众生命健康。据悉,2026年筛查工作于4

月1日至4月25日实施。

近年来,市委、市政府始终坚持“以人民健康为中心”的发展理念,2024年开始实施老年人肿瘤标志物筛查,通过癌症的早筛、早诊、早治,有效减轻患者经济和疾病负担,提高我市人均期望寿命,保障群众健康,具有很高的健康效益、经济效益和社会效益。项目实施以来,共筛查老

年人47.05万人,为更多患者争取了宝贵治疗时机。

为提升筛查便捷度与效率,盐城以数字化赋能服务升级。开发老年人肿瘤筛查小程序,在“我的盐城App”上线运行,方便群众预约筛查、填写问卷、查询结果。项目精准覆盖60~69周岁常住老年人,通过入户摸底、多渠道宣传发动,充分调动老年人参与积极性。针对高危人群,我市构建优质精筛与全周期随访闭环。明确定点医院,推出免挂号费、检查费用优惠等举措,开设专属服务窗口,提供多学科精准会诊。同时,基层医疗机构为高危人员建立“一人一档”,全程跟踪排查、诊断、治疗情况,将健康管理延伸至全周期。

下一步,我市将持续优化癌症早筛早诊早治体系,不断提升筛查服务质效,把民生实事办细办实,以精准健康守护为老年群体筑牢健康屏障,助力健康盐城建设。

联办:盐城市卫生健康委员会
盐阜大众报业集团
健康教育
协办:盐城市疾病预防控制中心

早筛早防促健康

家住市区中江嘉城的居民魏爹爹来电咨询:最近参加了社区组织的老年人肿瘤标志物免费筛查活动,请问肿瘤防治有什么方法?

盐阜大众报党媒健康传播智库特聘专家、东台市中医院肿瘤科主任崔德利主任医师:近年来随着人均寿命的延长,我国肿瘤的发病率和死亡率都显著上升。根据区域肿瘤监测数据统计,消化道恶性肿瘤中的食管癌、胃癌、肠癌稳居恶性肿瘤死亡的前五位,已经成为严重危害居民健康的疾病。

肿瘤标志物通俗来讲就是,肿瘤细胞在身体里和正常细胞打仗,留下的“战争的痕迹”,它们就是人体的一些指数,当这些指数超出正常范围时,可能与肿瘤相关。肿瘤标志物不等于肿瘤,肿瘤标志物与肿瘤不是一一对应的关系,不能单凭某项肿瘤标志物指标升高就诊断是否患有癌症。同样的,肿瘤患者也不一定都有肿瘤标志物的升高。但作为一种提示和信号,应该引起重视。

肿瘤标志物升高先排除几种常见原因:

良性疾病:例如慢性肝炎、肝硬化患者的甲胎蛋白可能升高;前列腺炎、前列腺增生患者的前列腺特异性抗原可能会升高等。

生理因素:比如在怀孕时,某些肿瘤标志物如甲胎蛋白会生理性升高;而长期吸烟的人,癌胚抗原水平可能会比不吸烟者略高。

药物影响:例如服用糖皮质激素、奥美拉唑、非甾体抗炎药、一些保健品等,可引起CA72-4的轻中度升高。痛风、肝肾疾病等也可引起CA72-4的升高。

个体差异:每个人的身体状况和代谢水平都有所不同,有些人天生就具有较高水平的某些肿瘤标志物,但这并不意味着他们患有癌症。但当肿瘤标志物升高非常明显,且连续多次复查,多项肿瘤标志物指标持续升高。尤其是高危人群,如有肿瘤的家传史、长期与外来致癌物质接触、身体素质不佳,且高龄、抵抗力较弱者需要特别警惕。

如发现肿瘤标志物升高该怎么办呢?首先,不必过度惊慌,应及时与医生沟通,进一步进行相关的检查和评估,以确定升高的原因。肿瘤标志物在癌症诊断中更多的是起到辅助作用,医生还需要结合患者的临床症状、影像学检查等多种手段来综合判断。

十余载晨练不辍 七旬翁义务传拳

3月28日,晨光熹微,万达广场上悠扬的太极音乐缓缓响起,一支整齐划一的太极队伍成为现场最亮眼的风景。队伍最前方,77岁的陶瑜身形稳健、动作行云流水,身后五十多位学员整齐列队,跟随他的节奏缓缓起落,一招一式舒展自如、沉稳有度。十多年来,陶瑜每天清晨准时义务教授太极拳,分文不取,用坚守与奉献,将健康与温暖传递给身边每一个人。

“我年轻时当过兵,后来在村里工作,退休后结缘太极,就想把这份健康传递给大家。”陶瑜说话时中气十足。他是盐都区楼王镇人,参军入伍,退伍后担任村支书、镇农科站站长,一辈子扎根基层。如今,他把这份为民服务的初心,延续到了全民健身的事业中。他先后在八菱华庄、万达广场设立义务教拳教学点,十多年来从未间断。先后有300多人跟随他学习太极。

陶瑜教拳从不设门槛,不收一分费用,不论年龄大小、身体条件如何,哪怕是行动不便的残疾人士,只要有学习的意愿,他都倾囊相授。队伍里,年龄最大的学员已87岁,最小的也近60岁。他手把手耐心指导,细致讲解每一个动作要领,拆解不同太极流派的招式区别。为了帮助大家更好地学习,他还收集多套太极视频供大家对照练习,复印太极动作名称资料方便大家记忆。



图为活动现场

“陶老师教拳特别有耐心,从不嫌烦,我动过三次大手术,跟着他练太极后,身体慢慢好起来了。”长期跟随陶瑜晨练的杨爷爷感慨道。在陶瑜的悉心指导下,原本零散的太极爱好者凝聚成一支整齐规范的队伍,队员们的动作从生疏到熟练、从凌乱到统一。如今,每天的集体晨练内容十分丰富,两个小时的时间里,从拍打功、八段锦,到太极拳、太极扇、太极剑、太极刀,队员们循序渐进、劳逸结合,大部分人已学会八套太极拳,部分队员还掌握了三套太极扇、五套太极剑和两套太极刀。这支太极队伍也成为万达广场一道文明和谐的风景区,吸引着过往行人驻足欣赏。

更让学员们感动的是陶瑜的“额外付出”。“你看那些方凳,都是陶老师自己买的。”学员王卫平指着十多张整齐摆放的方凳感

慨地说,“他每天从九楼家里拉到2000多米外的广场,就为了让年长的学员中场休息时有个坐的地方。春节后,陶老师还自掏腰包请大家聚餐。他分文不取,还倒贴钱,这样的老师上哪儿找?”

从军营硬汉到基层干部,从太极爱好者到全民健身带头人,陶瑜以退役不退色的军人本色、退休不退志的奉献精神,传递健康理念、温暖身边群众。无论严寒酷暑、刮风下雨,陶瑜从未缺席过晨练教学。即便自己有特殊事情无法全程参与,也会提前到场安排好各项事宜,确保晨练有序开展后才放心离开。“这已经成了我的责任,一天不来,心里就不踏实。”陶瑜笑着说,只要身体允许,他就会一直教下去,能让更多人收获健康,就是他最大的快乐。

季中仁 记者 陶秋凤 文/图