

体检单上的钙化 是身体发出的危险信号吗？

记者 王敏

又到一年体检季，拿着手中的体检报告单，不少人都会被“钙化”二字怔住。肺部钙化、乳腺钙化、甲状腺钙化……这些看似冰冷的字眼，究竟意味着什么？是疾病的前兆，还是岁月留下的无伤大雅的痕迹？

宁夏医科大学总医院骨科主任医师陆志东解释道：“其实，钙化就像是身体留下的‘印记’，它不全是坏的，甚至大部分时候只是虚惊一场。但有些钙化可能是身体发出的危险信号，需要多关注。”



资料图片

1 钙化：身体正常老化或修复后的痕迹

不久前，50多岁的市民王女士查出腰椎钙化，“我当时很害怕，担心自己会瘫痪！后来医生告诉我，其实腰椎钙化就像脸上的皱纹，是身体随着年龄增长出现的自然变化。只要没有压迫神经引起疼痛，完全不必过度治疗。”

对此，陆志东比喻说：“如果把我们的身体比作一台精密机器，钙化就是机器使用过程中产生的一些特殊痕迹。有些像手上的老茧，是长期摩擦、劳损后的自我保护；有些则像‘修理工’在损伤处打的补丁，是炎症愈合后的痕迹。”

“人体内的钙离子就像一支训练有素的维修队。”陆志东继续解释道，“当组织受损或有炎症时，它们会迅速集结到‘事故现场’，参与修复工作。修复完成后，部分钙质可能会残留下来，形成我们看到的钙化灶。这个过程本身是身体自我保护机制的体现。”

2 发现这几类钙化不必过于担心

陆志东列举了几种常见的良性钙化，大多数情况不必过于担心。

“比如肝内钙化灶，多数是既往感染或轻微损伤愈合后留下的疤痕，只要大小形态稳定，没有引起任何症状，就无需处理。”他说，曾有患者体检发现肝内钙化灶，紧张得连续几晚睡不着，担心是肝癌前兆。但后来通过超声检查确认这是典型的良性钙化，就像皮肤上的旧伤疤，只是证明那里曾经有过一场小战斗，并且身体已经打赢了。

前列腺钙化在中老年男性中极为常见，通常是慢性炎症愈合后的表现，如同前列腺内部的小“结石”。只要没有尿频、尿急、排尿困难等症状，通常不需要特殊治疗；主动脉钙化则像用了多年的水管内壁会生水垢一样，血管随年龄增长也会出现钙质沉积。“轻度、散在的主动脉钙化是血管老化的自然过程，只要定期监测，控制好血压、血脂，保持健康生活方式即可。”陆志东说，“还有韧带肌腱钙化，比如肩袖钙化性肌腱炎，就像绳索使用久了会变硬。我们骨科经常遇到这种情况，多数患者通过保守治疗就能获得良好效果。”

医生的叮嘱

陆志东最后叮嘱：“体检的目的是及早发现问题。当看到‘钙化’二字时，把它当作身体与你的一次对话，然后找专业医生帮你‘翻译’这段对话的内容。多数时候，你会得到令你安心的答案；即使真的发现问题，也能因发现得早而获得更好的治疗效果。”

3 这些钙化是“警示灯”，需提高警惕

然而，并非所有钙化都是良性的。陆志东特别指出了几种需要特别关注的钙化情况。

“当钙化出现在不该出现的地方，或者形态、分布异常时，它就从无害的‘补丁’变成了需要警惕的‘警示灯’。”陆志东强调。曾有一位40多岁的女教师，体检发现肺部有一个边缘毛糙、形态不规则的小结节伴钙化。她因工作繁忙拖延了复查，半年后再复查时，结节已明显增大，手术后病理证实为早期肺癌。所幸发现尚不算太晚，手术后恢复良好。“类似这样的案例告诉我们，对特定部位的钙化绝不能掉以轻心。”

陆志东还列举了几类需要重点关注的钙化。

乳腺簇状钙化，特别是那些形态不规则、密集分布在一处的微小钙化点，可能是早期乳腺癌的信号；甲状腺钙化，尤其是伴随结节出现的微小钙化，也需要警惕；肾脏钙化如果呈弥漫性分布，可能提示有肾结核、肾结石等慢性肾脏疾病；而某些特定类型的血管钙化，如果范围广泛、程度严重，可能影响血管弹性，增加心血管事件风险。

陆志东特别强调：“脑部特定区域的钙化也需要重视，尤其是伴随相应神经功能症状时，可能提示血管畸形、肿瘤或代谢性疾病。”

4 面对钙化：不恐慌，不忽视，科学应对

那么，面对体检报告上的“钙化”二字，我们应该持怎样的态度？陆志东给出了专业建议。

“钙化不是疾病的诊断，而是一条线索。”陆志东总结道，“我们的态度应该是不恐慌、不忽视，科学应对。”

他提出了三点实用建议：“首先，请专业医生解读。同样一个‘钙化’，在不同部位、不同形态、不同人群身上，意义可能完全不同。就像我们骨科，看到青少年膝关节周围的点状钙化，会考虑骨软骨瘤的可能；而同样的钙化出现在老

年人身上，可能就是单纯的退行性变。”

其次，看钙化的动态变化比看单次结果更重要。陆志东强调，“我经常告诉患者，带上历年的体检报告来复诊。如果一处钙化多年保持稳定，那么多为良性；如果在短期内明显增大或形态改变，就需要进一步检查。最后，结合症状判断。钙化本身通常不引起症状，但如果伴随相应部位的不适，就值得警惕。比如腰椎钙化伴随下肢放射痛，可能提示神经受压；冠状动脉钙化伴随胸闷胸痛，可能提示冠心病。”

小贴士

有些人担心钙化是因为补钙过多。但实际上，日常补钙是补充血液和骨骼所需的钙，只要按推荐量吃，多余的钙会随尿液排出，不会随便沉积到器官里形成钙化。因此，别因怕钙化就不敢补钙，也别乱超量补钙。