

◆ 科普知识

远离颈部“蝴蝶癌”

根据国家癌症中心新近公布的统计数据，甲状腺癌已经跃居女性恶性肿瘤新发病例第三位，我国部分城市中甲状腺癌的发病甚至已经超过乳腺癌跃居女性恶性肿瘤第一位。

甲状腺是人体颈部处的小器官，形状像个蝴蝶。其重量只有20~30克，却是人体内重要的内分泌腺。

甲状腺常见疾病包括甲状腺功能亢进症或者减退症、甲状腺炎、甲状腺结节、甲状腺癌等。

早期可查、晚期可控、中期要规范，简称“一早、一晚、一规范”的筛查和处理理念，是保障公众有效防治甲状腺癌的重要手段。

揭开“蝴蝶癌”的面纱

人体在做吞咽动作时，甲状腺会随着喉部上下移动，似蝴蝶翩翩起舞。这么美丽的器官，近年来癌变的发生率却在迅速增加。

甲状腺癌是一种起源于甲状腺滤泡上皮或滤泡旁上皮细胞的恶性肿瘤，分四种类型：乳头状癌、滤泡状癌、未分化癌和髓样癌。前两者因其跟正常的甲状腺组织在分化、发育上比较相似，仍有摄取碘的功能，所以称为分化型甲状腺癌。近十年，新增加的病例大多是分化型甲状腺癌，其中以乳头状癌为主。在所有甲状腺癌中，分化型甲状腺癌占90%以上，而且大部分分化型甲状腺癌患者可以长期生存。

给蝴蝶“节”早装摄像头

绝大多数甲状腺癌始于结节，在体检时被发现。结节是甲状腺内的肿块，多数是由于正常

的甲状腺细胞过度增生形成。5%~15%的结节是由于甲状腺细胞恶性增殖，称为“恶性甲状腺结节”，会发展成甲状腺癌。

若怀疑是恶性甲状腺结节，患者应尽快到医院复诊，首选彩色超声检查。医生会对结节的大小、位置、与周围结构的毗邻关系给出“雷达图”，对结节的良恶性进行分级判断。

研究显示，对于小于1厘米的甲状腺恶性结节，五年内结节直径增大超过3毫米的约占12%。对于周围没有重要结构侵犯风险的微小恶性甲状腺结节，外科医生会给出进行动态监测的治疗方案。

所谓动态监测，宛如给恶性甲状腺结节装上摄像头，定期通过超声检查复查结节的变化，筛查其中可能“潜伏”的高危甲状腺癌。

短期内进展、增大，甚至转

移的恶性甲状腺结节，大家需注意筛查。早筛查、早发现、早治疗，可以阻断蝴蝶“节”演变成“蝴蝶癌”。

九成早期“蝴蝶癌”可治愈

有数据显示，我国甲状腺癌患者5年生存率从90年代的67.5%提高到2015年的84.3%，成为生存率提升最显著的恶性肿瘤之一。通过规范化治疗，早期甲状腺癌的治愈率达90%以上。

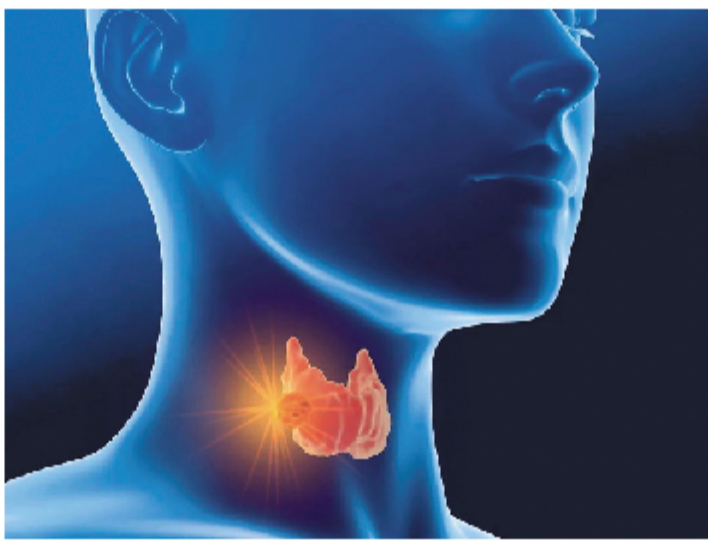
甲状腺癌规范化治疗包括早期甲状腺癌的密切动态观察、高危甲状腺癌的筛查、中早期综合规范化治疗和晚期精准治疗。

手术是大多数甲状腺癌患者首选的治疗方法。术后，患者还需要遵医嘱服用甲状腺激素类药物辅助进行内分泌治疗。一方面用于纠正手术带来的甲状腺功能减退，另一方面达到抑制癌细胞生长的目的。

此外，内外放射治疗和多学科联合的综合治疗也广泛应用于临床。虽然晚期甲状腺癌患者病情进展最快，但也不要放弃，应该接受规范治疗，可以通过服用精准治疗药物控制病情。

甲状腺癌患者要按时到医院复查，而不是体检中心。患者必须严格遵医嘱用药，不能自行调整用药时间和剂量。提醒大家注意的是，不要一发现甲状腺有问题就要求医生尽快切除“以绝后患”，避免过度治疗。

预防“蝴蝶癌”做好三件事



预防甲状腺癌，根据人群的不同可以分为一级预防、二级预防和三级预防。

一级预防主要是让未患病的人群避免发病危险，做到“未雨绸缪”。

二级预防指的是已经发现甲状腺问题的人群，动态监测，降低发病风险，做到“萌芽管控”。

三级预防是指让已经发生甲状腺癌的患者得到规范化的治疗康复，医患配合“化险为夷”，延长生存时间，提高生活质量。

预防甲状腺癌，有以下三点建议：

第一，定期体检。普通成年人每年查一次，有家族史人群，建议缩短为6个月查一次甲状腺功

能和甲状腺彩超，监测是否有功能异常和肿块出现。孕妇在怀孕3个月后，筛查是否出现甲状腺、桥本氏甲状腺炎等。

第二，保持健康生活方式。保持情绪稳定，睡眠充足，适量运动，合理膳食，保护好免疫力，避免肥胖。

第三，儿童尽量避免频繁接受X光的照射。所有人群接受X线的照射时，都要注意规范佩戴防辐射护具。

(来源：健康中国 作者：天津医科大学肿瘤医院甲状腺外科 李大鹏)

山东夏季高考春季高考安排出炉

4月18日，山东省招生考试委员会办公室发布《山东省2023年普通高等学校考试招生（夏季高考）工作实施办法》《山东省2023年普通高等学校考试招生（春季高考）工作实施办法》，对今年夏季高考、春季高考考试招生工作作出安排。

山东省夏季高考国家统考科目使用全国统一命题试卷，考试时间安排在6月7日全天和6月8日下午，外语（听力）考试安排在1月8日上午。夏季高考实行“3+3”考试模式，包括国家统一高考语文、数学、外语（含笔试和听力）等3科，以及考生

从普通高中学业水平等级考试思想政治、历史、地理、物理、化学、生物等6科中选择的3科。高校招生录取总成绩由3科统一高考科目成绩和自主选择的3科普通高中学业水平等级考试科目成绩组成，总成绩为750分。

2023年山东省春季高考分为“知识”和“技能”两部分。“知识”部分全省统一命题，统一组织考试；“技能”部分由主考院校负责命题并组织考试。“知识”部分的考试科目为语文、数学、英语、专业知识。“知识”部分的考试时间为5月6日至7日。

2022年山东常住人口城镇化率达64.54%

山东省城镇化暨城乡融合发展工作领导小组办公室近日印发《全省新型城镇化2022年工作情况及2023年工作打算》。记者了解到，山东省新型城镇化质量持续提升，2022年常住人口城镇化率达64.54%。

据介绍，2022年，山东省深入实施新型城镇化规划、三年行动方案和2022年行动计划，扎实推进智慧、绿色、均衡、双向城镇化，人口市民化稳步推进，智慧城镇化扩面增效，绿色城镇化提质增效，均衡城镇化一体推进，双向城镇化融合互促。全省城镇人口达到6559.48万人，常住人口城镇化率达64.54%，同比增长0.6个百分点，快于全国0.1个百分点，济南、青岛、淄博、东营、威海5市常住人口城镇化率超过70%。

第二十四届中国（寿光）国际蔬菜科技博览会开幕

4月20日，以“绿色·科技·未来”为主题的第二十四届中国（寿光）国际蔬菜科技博览会（以下简称菜博会）在山东省寿光市蔬菜高科技示范园开幕，2023寿光国际蔬菜种业博览会、春季品种展示交易会同期举办。本届菜博会主展区总面积

45万平方米，设10个展馆、采摘园、日光温室高产栽培区、寿光蔬菜博物馆、休闲农场及室外展区，业务范围涵盖蔬菜种苗培育、标准生产、加工销售、技术培训、会展交流、观光旅游等板块。



江西吉安春日秀美梯田宛若天然“调色板”

近日，落日时分，航拍江西吉安大冲乡的壮美梯田，余晖映照在成片的灌水梯田上，

熠熠生辉，犹如一块块天然的“调色板”，与行走在田埂上的村民、远处的村庄和青山，共

同构成了一幅春日田园画卷。

“虚拟凡尔赛宫之旅”展览在港举办 营造沉浸式感官体验

香港文化博物馆、凡尔赛宫及“法国五月艺术节”等首度合作，4月19日起举行“虚拟凡尔赛宫之旅”展览，将全球首个以介绍世界文化遗产凡尔赛宫为主题的虚拟展览带到香港，为观众营造沉浸式的感官体验。

据悉，展览分为6个主题，包括时空穿梭、凡尔赛宫之辉煌璀璨、凡尔赛宫之百年艺韵、凡尔赛宫之自然景观、凡尔赛宫之创新及凡尔赛宫一日游。展览通过超高清的360度全景影像，向观众展示凡尔赛宫最著名的厅堂。特设的多感官体验装置让参观人士可听到由科

技重构的路易十四的欢迎话语，嗅到法国著名调香大师为凡尔赛宫调制的独特香气，以及随着自行车互动装置浏览王室花园的自然美景。

香港特区政府文化体育及旅游局局长杨润雄出席开幕典礼并在致辞中表示，凡尔赛宫既是享誉盛名的世界遗产，亦是广受游客欢迎的名胜古迹。是次展览生动地展示如何运用先进技术诠释艺术及历史，并推动文化交流，为参观者和创意产业带来新灵感及提供欣赏文化遗产的新视角。

展览在香港文化博物馆举行，由香港特区政府康文署与



“法国五月艺术节”联合主办，香港文化博物馆、凡尔赛宫与“法国五月艺术节”联合策划，并获香港赛马会慈善信托基金全力支持，将展至7月9日结束。

山东出台消费品召回管理办法

4月18日，记者在山东省市场监管局召开的《山东省消费品召回管理办法（试行）》新闻通气会上获悉，为满足人民群众对高质量产品新需求，对标新时代市场监管新要求，山东省市场监管局积极构建以省、市、县三级“行政+技术”为支撑的新型召回监管体系，制定出台《山东省消费品召回管理办法（试行）》，进一步规范全省消费品召回管理工作，提高工作效能。该《办法》自5月17日起施行。

省产品质量检验研究院风险监测及缺陷产品召回中心主任张

静解释，《办法》所称的消费品，是指消费者为生活消费需要购买、使用的产品，是狭义的产品，生产企业用于生产经营的专用设备不属于消费品召回管理范围。通俗地说，老百姓买来日常使用的东西，是消费品。买来从事生产经营活动的，不属于消费品。法律、行政法规、部门规章对消费品的监督管理部门或者召回程序等有规定的，不在《办法》管理范畴，如食品、药品、化妆品、医疗器械、医用耗材、烟草制品、机动车、特种设备、烟花爆竹等由专门法律法规进行

管理的。省标准化研究院质量发展研究所主任孙良泉介绍，生产者实施主动召回，应履行以下程序并填报有关书面材料：一是立即停止生产、销售、进口缺陷消费品，通知其他经营者停止经营缺陷产品；二是在十个工作日内向省市场监督管理部门报告消费品召回计划，并填报国家消费品召回综合管理信息系统；三是自召回计划发布之日起三个工作日内，以便公众知晓的方式发布召回信息，并接受公众咨询，按照召回计划实施召回，其他经营者应

当在经营场所公开相关召回信息；四是及时采取修正或者补充标识、修理、更换、退货等措施消除缺陷或降低、消除安全风险，消费品缺陷尚未消除的不得重新投入市场；五是召回实施之日起三个月向省市场监督管理部门提交召回阶段性总结，在完成召回计划后十五个工作日内提交召回总结；六是制作并保存召回记录，召回记录保存期不得少于五年。

省市场监管局质量发展处二级调研员于延军表示，下一步，将进一步完善省、市、县三级

“行政+技术”的工作布局，规范召回管理工作。聚焦消费品重点领域，制定全省消费品召回目录；加强与国家缺陷产品召回管理中心合作，扩充召回专家库，提升召回技术支持能力。探索开展企业主动召回制度试点，推动产品质量安全主体责任落实；在医院、商超等设立产品伤害监测点，扎实推进产品伤害风险监测体系建设；把缺陷产品召回与产品质量提升有机结合，开展质量技术帮扶，帮助中小企业消除产品安全隐患，推进技术创新。

◆ 学思想、强党性、重实践、建新功

“在全党大兴调查研究工作”系列图解

必须坚持实事求是 习近平这样要求

近日，中共中央办公厅印发《关于在全党大兴调查研究的工作方案》，决定在全党大兴调查研究，作为在全党开展的主题教育的重要内容，推动全面建设社会主义现代化国家开好局起好步。

实事求是马克思主义的精髓，坚持一切从实际出发，是我们想问题、作决策、办事情的出发点和落脚点。党的十八大以来，习近平总书记身体力行，考察调研的足迹遍布祖国大江南北，为全党开展调查研究树立了典范。

要大兴调查研究之风，多到分管领域的基层一线去，多到困难多、群众意见集中、工作打不开局面的地方去，体察实情、解剖麻雀，全面掌握情况，做到心中有数。要营造环境、创造条件，鼓励基层干部群众讲真话、讲实话、讲心里话。

——2022年12月27日，习近平在二十届中央政治局民主生活会上的讲话

坚持从实际出发，前提是深入实际、了解实际，只有这样才能做到实事求是。同样，只有有实事求是的态度才能重视深入实际、了解实际。要了解实际，就要掌握调查研究这个基本功。现在，各方面对调查研究是重视的，但还要下更大功夫，关键是把调查研究做深做实，避免浮在表面、流于形式。

——2021年9月1日，习近平在2021年秋季学期中央党校（国家行政学院）中青年干部培训班开班式上的讲话

长期以来，我们党在出台重要方针政策、作出重大决策部署前，都要求有关部门深入基层调查研究，了解和掌握第一手材料。实事求是是我们党的思想路线的重要内容，早在延安时期，毛泽东同志就强调“共产党员应是实事求是的模范”，“只有实事求是，才能完成确定的任务”，认为调查研究的方法“第一是眼睛向下，不要只是昂首望天”，“第二是开调查会”。

——2020年9月17日，习近平在基层代表座谈会上的讲话

“一语不能践，万卷徒空虚。”要教育引导广大党员干部了解民情、掌握实情，搞清楚问题是什么、症结在哪里，拿出破解难题的实招、硬招。调查研究要注重实效，使调研的过程成为加深对党的创新理论领悟的过程，成为保持同人民群众血肉联系的过程，成为推动事业发展的过程。要防止为调研而调研，防止搞“出发一车子、开会一屋子、发言念稿子”式的调研，防止扎堆调研、“作秀式”调研。

——2019年5月31日，习近平在“不忘初心、牢记使命”主题教育工作会议上的讲话

人民网
中国经济社会新闻网
cpc.people.cn

时习之

来源：人民日报、新华社、《求是》
编辑：王子尧
设计：王珊珊