

结节之惑

甲状腺结节多数为良性



据流行病学调查结果显示,国人中每5个人就有1个人患有甲状腺结节。甲状腺结节,这是一种什么样的病呢?它是如何引起的?为何发病率如此之高,之前却未广为人知?本周,我们通过专家解读“甲状腺结节”。

本报记者 李钢

●性别差异:女多男少

“现在在体检中发现的确实越来越多。”省立医院内分泌科主任医师姜秀云感叹,甲状腺结节患者的数量大幅增加。

省千佛山医院内分泌科主任医师王彩玲介绍,大多数甲状腺结节患者没有临床症状,只有当结节较大压迫周围组织时,患者才会出现声音嘶哑、压气感、呼吸/吞咽困难等压迫症状。还有部分患者可能会合并甲状腺功能异常,例如患有甲亢或甲减时,才会出现相应的临床表现。因此,许多患者是在体检中才被发现的。

“甲状腺结节在各个年龄段的男女人群中均可见到,但在中年女性中较多。”专家介绍,甲状腺疾病之所以出现女多男少的特点,与甲状腺承担的生理功能有关。甲状腺承担着人体摄取和存储碘的功能,同时合成和分泌影响细胞代谢、胎儿和婴幼儿发育等功能的甲状腺素。包括雌激素和孕激素在内的女性激素,很可能参与甲状腺癌发生、发展,体内雌激素水平越高,越有助于甲状腺癌发生。

据姜秀云介绍,早期发现甲状腺结节的手段主要是触诊(手摸)和超声检查。

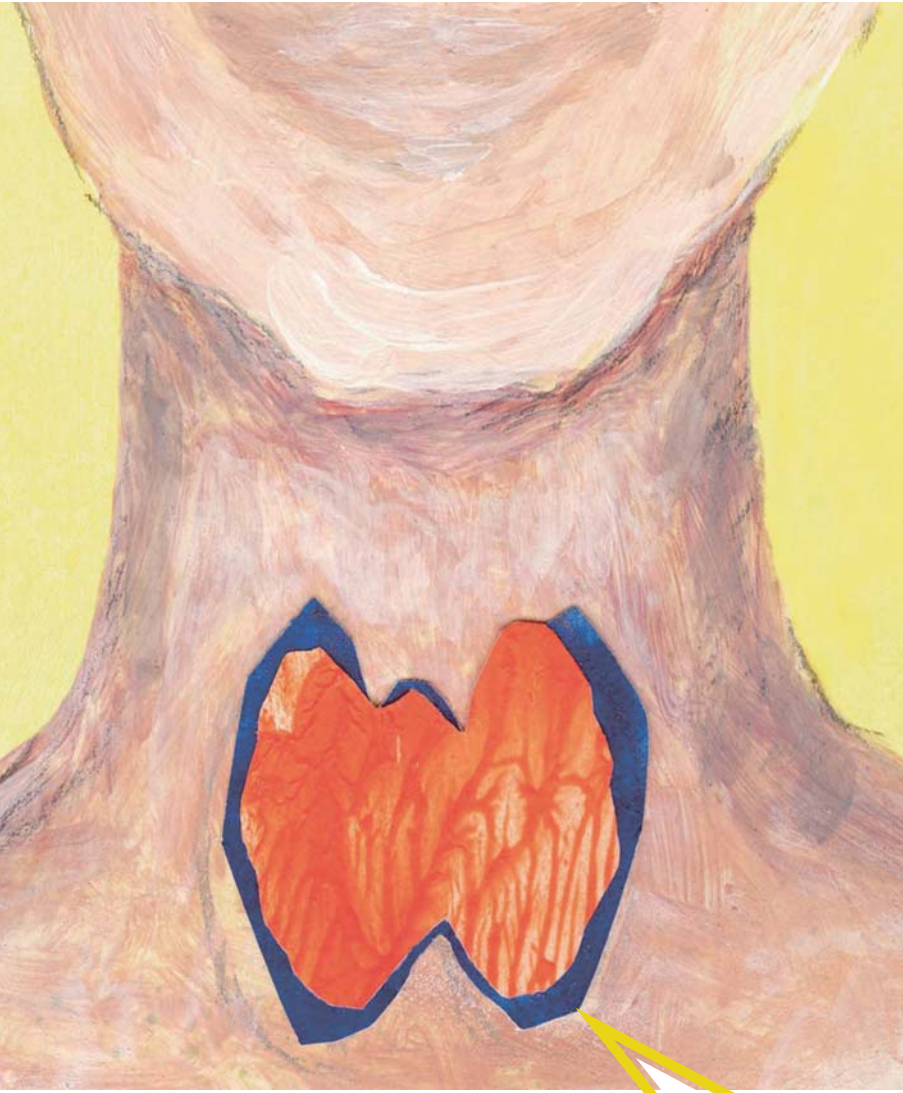
●病因探源:显性遗传

“现在的超声检查都非常先进,而且以前由于经济条件和健康意识不够,人们很少主动检查。”王彩玲分析认为,甲状腺结节发病率增高的一个原因是检测技术手段的改进。

同时,现代生活节奏加快,生活压力大、精神过度紧张以及环境污染等都可能是使甲状腺结节发病率升高的原因。

据介绍,甲状腺是机体敏感活跃代谢旺盛的器官,因此也最容易受到外界因素影响。甲状腺肿瘤发病原因内因是遗传基因,临床上发现有明显的家族倾向,尤其是姐妹、母女之间;外因比较复杂,难以定论,但甲状腺对射线非常敏感,长期在电磁辐射较强环境工作和生活的人,发生甲状腺肿瘤的比例会有较明显的增加。

“此外,碘摄入量过高或者过低,也是造成甲状腺结节的原因。”王彩玲说。据了



名词解释

甲状腺结节是指甲状腺细胞在局部异常生长所引起的散在病变,简单讲即甲状腺内的肿块。结节是病变的形态描述,它包括肿瘤、囊肿、正常组织构成的团块以及其他疾病所引起的甲状腺肿块。依据结节的病因可分为:结节性甲状腺肿、炎性结节、毒性结节性甲状腺肿、甲状腺囊肿、甲状腺肿瘤等。流行病学调查显示,中国社区居民甲状腺结节的患病率为18.6%,即每5个人中就有近1个人存在甲状腺结节的问题。

过重而强烈要求手术者,也可进行手术。

恶性结节则首选手术治疗。专家介绍,超过90%的甲状腺癌症是分化型甲状腺癌(恶性程度较低),大多数患者经过合理治疗可长期存活,与普通人无异。

至于术后是否需要服药,则因人而异。省千佛山医院两腺外科主任医师顾禾比喻说,甲状腺手术前可能相当于有“10个人”在制造甲状腺素,而手术切除部分组织后,在工作的“人”就减少了,因此在这种情况下,医生一般会建议手术后患者持续服用甲状腺素片进行替代治疗,“这样会减少甲状腺的劳动量,减少结节复发的可能性。”至于具体服药量、服药时间等情况,则要视患者甲状腺功能等具体情况而定。

●饮食控制:碘盐平衡

顾禾提醒,饮食中的碘元素对甲状腺的影响比较大,摄碘不足或过多都会引起甲状腺病变,要平衡碘的摄入量。

“以前可能缺碘是引发甲状腺肿大的重要原因。”顾禾说,原来受生活水平以及交通条件等限制,日常饮食往往含碘不足,食用碘盐因

此颇为重要。而今,生活水平不断提高,缺碘的情况已经比较少见,相反沿海地区碘摄入量普遍较高。“像我省一些沿海地区,一年四季都能吃到各式各样的海鲜,而海鲜中富含碘元素,所以大量食用的话,在烹饪时就不必再加碘盐了。”

那么,甲状腺结节患者的术后饮食是不是更要谨慎呢?

“其实,关键还是要均衡饮食。”顾禾说,一般患有甲亢的患者,不宜多吃海鱼、海带等富含碘的食品,“但一般手术都要切除部分甲状腺,再出现甲亢的可能性减少,更多的可能是甲减(甲状腺功能减退症),这种情况即使多摄入碘也不一定能合成足够的甲状腺素,因此,大都需要服药进行替代治疗。”

养生堂

主办:齐鲁晚报
协办:山东省大众健康管理中心

养生堂 本期堂主:王婷

王婷,眼科学博士,副主任医师,硕士研究生导师,山东省眼科医院副院长。主要从事白内障、角膜屈光、角膜病、青光眼的临床及科研工作。承担国家自然科学基金等多项课题,作为主要成员获得国家科技进步二等奖1项,山东省科技进步一等奖2项。近几年在国内外SCI及核心期刊收录杂志发表论文40余篇,被评为全省卫生系统贫困白内障患者复明项目“示范标兵”。

每天户外运动2小时 预防近视发生

近些年,近视眼已成为一种常见的眼病,发病率和发病人数在逐年递增,据统计,我国近视的人数已近3亿。走进小学的教室,我们就发现学龄儿童戴眼镜的比率明显增加,年级越高,“小眼镜”越多,研究发现,预防近视是关键。

近视是环境与遗传的共同结果。父母都近视或其中一方近视的,孩子更容易近视。但如果长期处于易致近视的环境中,也就是不当的用眼习惯,即使没有遗传因素,一样会近视。这是因为看近处会使眼轴长期处于拉长状态,累积效应可导致近视。

目前,国内外眼科专家都认为保证每日户外活动2小时是最重要的预防近视的方法。通过针对6岁学龄儿童近视患病率的试验,结果显示:每日有累计2小时户外活动的孩子近视率仅0.8%,每日有累计1小时户外活动的孩子近视率仅3%。而相同的试验在新加坡6岁的学龄儿童中进行,发现每日有累计半小时户外活动的孩子近视率为24%。该试验证明,每日累计2小时户外活动,可明显降低学龄儿童近视发生率。

因此,别让孩子在室内不停地上培训班,别让孩子在电脑电视前打发时间,让孩子走出家门,多去户外沐浴阳光,开阔眼界,不仅有利于眼睛健康,也有利于孩子的身心健康。

“青联国际微笑行动”正在进行 寻找200名唇腭裂贫困青少年

本报讯(记者 高信倩) 近日,记者从团省委获悉,山东省青联联合山东省千佛山医院共同开展“青联国际微笑行动”,将对我省200名左右贫困家庭唇腭裂病青少年患者进行免费医疗救治,并同时开展贫困家庭志愿帮扶活动,符合条件的患者可在6月10日前报名参加救助。

据介绍,此次“青联国际微笑行动”将在全省范围内招募200名唇腭裂贫困青少年患者,来自国内外的几十名顶尖医疗专家将在山东省千佛山医院为其提供免费手术和配套治疗,6个月到30岁之间具有山东常住户口的先天性贫困唇腭裂青少年患者,皆可在2015年6月10日前报名参加救助,治疗期间的所有检查费用、手术费用、医药费用一律全免。

与此同时,术后,专业的社会工作志愿者还将对救助对象进行跟踪服务和语音训练,帮助其恢复自信心,建立社会及朋辈支持网络,更好地适应学校和社会生活,促进社会融入,满足他们家庭关怀上存在的迫切需求,让贫困家庭唇腭裂青少年找回跟其他孩子一样的快乐和自信。

如果您身边有先天性唇腭裂青少年患者,那赶紧通知他(她)来报名吧!报名咨询热线:0531—88912355,0531—86912355。