



甲亢，正袭向年轻人

近年来，甲亢发病率越来越高，患者越来越年轻化，省城一位医生介绍，“20年前，甲亢主要发生在35-45岁之间，而现在20-30岁成为高发年龄段。”

甲状腺是位于脖子下部(锁骨头正上方)的一个蝴蝶样器官，其主要功能是分泌甲状腺激素，以调控全身的能量代谢，也会影响体内其他激素的分泌和神经系统反应。甲状腺功能亢进症简称“甲亢”，是甲状腺激素分泌过多引起的一种内分泌疾病。

本报记者 陈晓丽
见习记者 王倩

病因不明，和遗传、碘摄入过多有关

甲亢分为原发性甲亢和继发性甲亢，其中原发性甲亢比较常见。“原发性甲亢的病因至今尚未完全明确。”山东省千佛山医院保健综合科主任医师刘蕴玲告诉记者，和遗传有一定的关系，表现为一定的家族聚集性，“如果父母中有一方是甲亢，子女以后有40%的可能会得甲亢。”

山东大学附属济南市中心医院两腺外科主任田斌表示，原发性甲亢和碘的摄入量有一定的关系。我国政府曾发布一项调查报告，指出甲状腺疾病高发和碘摄入过多有一定关系，因此，市面上增加了非加碘盐供市民根据需要进行选择。

同时，有些人受到病毒感染，对甲状腺造成破坏，甲状腺可能会释放过多甲状腺激素，形成一过性的甲亢，这类患者大多可以自愈。但是，有些人感染后会造成自身免疫系统功能紊乱，造成慢性甲亢等甲状腺疾病。

此外，生活和工作压力过大对甲亢也有影响。“在我们医院的体检工作中，我们发现甲状腺类疾病在一些单位发病率也会明显比其他单位高，说明这些单位工作压力更大。”刘蕴玲解释道。

而继发性甲亢是由结节性甲状腺肿或自主性高功能腺瘤引起的。“患结节性甲状腺肿大后，增生的结节大部分没有功能，但是部分的结节会分泌甲状腺激素，这部分结节

我们称为功能性结节。”同样的，部分自主性高功能腺瘤也会分泌甲状腺激素。

因为种种因素的影响，女性甲亢发病率显著高于男性。“流行病学调查发现，女性甲亢发病率在0.5%-2.5%之间，男女发病比例在1:10-1:4之间。”刘蕴玲说道。

对睡眠、眼睛、心脏等产生不良影响

甲状腺激素在体内的主要作用是促进代谢，分解糖类、蛋白质等有机物，从而产生能量。但是如果甲状腺激素分泌过多，就会造成体内交感神经过度兴奋，此时人就会处于高度亢奋状态。刘蕴玲解释道：“甲亢患者往往每天精神头儿很足，说话频率加快。”

眼球突出是原发性甲亢的典型症状之一。刘蕴玲表示，这是由于眼球后面的脂肪组织增生，将眼球向外挤压导致的结果，“严重的患者甚至眼睛无法闭合，损伤到眼角膜。”

由于甲状腺激素对体内的每个细胞都起作用，因此，甲亢对全身健康状况都会产生影响。“甲亢患者不易入睡，睡眠质量较差，而且他们食量增加但却非常消瘦。”田斌解释说，这是因为过多的甲状腺激素使得人体内的有机物被快速分解，在体内产生大量的能量和热量。“因此，甲亢患者特别怕热，出汗非常多。”

此外，专家表示，甲亢患者的脉压差很大，即高压特别高，低压特别低；容易出现贫血、白细胞降低；心脏功能和肝功能异常；胫骨前水肿；性功能下降等。“甲亢对健康的影响可谓从头发丝儿，到脚

趾。”刘蕴玲形象地描述道，“不过只要坚持规范治疗，随着甲状腺功能恢复正常，这些症状也会随之缓解。”

田斌表示，甲亢患者大多数以女性为主，除上述症状外，女性患者还会出现月经不调的症状，“月经不调我们首先想到的就是去看妇科，但是如果在妇科查不出病因，这时就要考虑是不是甲状腺出了问题。”

药物治疗复发率达70%

根据田斌的介绍，甲亢患者越来越年轻化，“20年前，甲亢主要发生在35-45岁之间，而现在20-30岁成为高发年龄段。”田斌告诉记者，对于40岁之前的患者，优先考虑采用药物治疗，通过服用药物来抑制甲状腺激素的合成。

田斌介绍说，药物治疗适用的范围较广，“不管男性还是女性，轻度甲亢或是重度甲亢，甚至包括孕妇和儿童患者都可以采用药物治疗。”服用药物治疗一般需要1-2年，治疗中需要根据患者的情况增减药物剂量。“服用药物会出现一些副作用，因此在治疗初期一定要严密监测患者的情况。”

不过值得注意的是，只有30%左右的患者能够通过服药一次性治愈，复发率可达到70%。因此，刘蕴玲也提醒患者，“在药物治疗期间一定不要随便自行停药，尤其是第一次治疗的患者。很多人吃一段时间的药觉得症状改善了，就不再吃了，也不来医院复查，以后病情更容易反复。”

对于40岁以上或已经服用多年药物还未根治的患者，这时主要的治疗方案是

手术切除。“这部分患者我们通常将大部分的甲状腺进行切除，以减少甲状腺激素的分泌，治愈率可以达到95%。”

田斌表示，手术是治疗甲亢的主要治疗手段，“尤其是继发性甲亢，手术效果更好。”刘蕴玲表示，甲状腺体积较大，有着丰富的血液循环，喉反神经更是直接从中穿过，附近还有甲状旁腺等。而手术需要切除多少甲状腺并没有固定的标准，完全靠医生的经验。“每位患者甲状腺激素分泌的多少都不一样，因此无法确定标准，要求医生具有丰富的经验。”

正因如此，手术治疗存在一些并发症风险，因为如果手术切除甲状腺过多，就会导致患者出现甲状腺功能减退的情况。“甲减患者的症状和甲亢正好相反，他们非常虚弱，一点精神都没有，走路都有困难。”田斌表示。而一旦伤及喉反神经，还会导致以后声音嘶哑。

除手术和药物治疗外，碘131也是治疗甲亢的一种方法。刘蕴玲表示，碘131治疗就是把碘粒子植入甲状腺内，“可采用稍微大剂量的碘治疗，以达到一次性治愈的目的，尽量避免第二次或第三次植入。”不过该方法治疗也有甲亢治愈后却引起了甲减的风险，需要长期服用药物维持。

对于甲亢患者不能生育的说法，刘蕴玲表示，确实不建议甲亢患者在治疗期间生育，因为治疗药物对胎儿发育可能会产生影响。不过，如果意外怀孕，又确实想生下这个孩子，可以在甲状腺和产科专业医生的联合指导下，使用对胎儿影响较小的药物，并且坚持密切观察。而对于采用碘131治疗方法的群体，放碘后半年内一定不要生育。

医生提醒

加碘盐、非加碘盐可轮换着吃

本报记者 陈晓丽
见习记者 王倩

田斌表示，由于甲亢的发病原因不明，并没有很好的预防手段，只能从饮食上控制碘的摄入量。“甲状腺激素合成的主要原料是碘，因此甲亢患者在日常生活中要注意碘的摄入，千万不要刻意补碘。”

对于甲状腺功能低的人，补碘还是乏碘，医学界争论不一，田斌说“甲状腺功能低，体内就会代偿性增生结节，部分功能性结节就可以分泌甲状腺激素，但是有些结节可能会发生癌变，而癌细胞吸碘的速度特别快，此时补碘就会加快癌细胞的扩散速度。”

从预防甲状腺疾病的角度考虑，田斌建议大家不要刻意改变家庭饮食习惯，“正常家庭不要刻意补碘或是乏碘，延续原先的饮食习惯就可以，如果刻意进行改变反而不好。”刘蕴玲也表示，如果不确定是否需要补碘，加碘盐和非加碘盐可以轮换着吃。

此外，刘蕴玲提醒道，甲亢患者要注意规律生活，不要熬夜；感冒容易诱发甲亢对身体的损害，应尽量注意保护身体；避免剧烈运动，防止促进交感神经进一步兴奋。

出品：健康工作室
设计：壹纸工作室
本版编辑：胡淑华
编：马晓迪
组：郭传靖