

体检查出甲状腺结节该怎么办?

——对话泰州市姜堰中医院内分泌、老年病科教学秘书魏晓燕

本报记者 鲁敏

专家档案

姓名:魏晓燕

职务:泰州市姜堰中医院内分泌、老年病科教学秘书

专长:擅长内分泌及代谢性疾病的诊断与治疗,尤其是糖尿病及急慢性并发症、甲状腺相关疾病、继发性高血压、骨质疏松、痤疮、多囊卵巢综合征、痛风、高尿酸血症、肥胖、高脂血症等临床

常见病、多发病的中西医结合诊治。能够熟练应用MMC平台管理,对慢性病如糖尿病、高血压等管理,以及糖尿病慢性并发症如糖尿病周围神经病变、糖尿病视网膜病变的筛查,做到早发现、早诊断、早干预。

成就:近年来,魏晓燕主持泰州市级课题1项,参与省级、市区级课题5项,在医学专业期刊以第一作者发表论文4篇。

近年来,单位体检中越来越多人被查出患有甲状腺结节。那么,到底应该怎么应对甲状腺结节呢?日前记者采访了泰州市姜堰中医院内分泌、老年病科教学秘书魏晓燕,请她介绍相关知识。

记者:什么是甲状腺结节?

魏晓燕:要想了解甲状腺结节首先要认识甲状腺,甲状腺就像一只蝴蝶一样,趴在气管前方。甲状腺吸收碘为原料,合成并释放甲状腺素,参与营养物质的合成分解代谢,产生能量,促进生长发育。所以说,甲状腺是人体的能量工厂。甲状腺结节就是甲状腺内部出现的团块状改变。结节并不等同于癌,恶性结节只占很小一部分(大约5%—15%),其余的结节有可能是囊肿、炎症、退行性变以及良性肿瘤等,所以大可不必谈结节“色变”。

记者:甲状腺结节的产生与哪些因素有关?

魏晓燕:甲状腺结节的产生一般认为与以下多种因素有关:1.碘缺乏或碘摄入过量。2.自身免疫功能发生紊乱。3.甲状腺髓样癌或MEN2型、家族基因遗传。4.童年期头颈部放射线照射史或放射性尘埃接触史。5.全身放射治疗史。6.病毒或细菌感染引起的炎性病变。7.情绪焦虑、抑郁。

记者:发现患有甲状腺结节后该做哪些检查?

魏晓燕:发现甲状腺结节后一般应做以下检查:

1.甲状腺功能检测:以判断是否合并有甲亢或甲减,有没有自身免疫性甲状腺疾病,是否需要药物干预。

2.降钙素和癌胚抗原:主要是筛查有无甲状腺髓样癌。甲状腺髓



样癌是恶性程度较高的一种甲状腺癌类型,病死率比甲状腺乳头状癌要高。

3.甲状腺超声、甲状腺针吸活检:以判断结节的良恶性。超声可以观察甲状腺及结节的形态,初步判断良恶性。当超声可疑恶性时还可以进行细针穿刺细胞学活检以及基因检查进一步确诊。

记者:哪些超声结果提示恶性可能?

魏晓燕:如果超声提示结节为实性低回声、形态不规则、边缘模糊、内部血供丰富、存在微钙化、纵横比大于1、合并存在异常淋巴结等征象,则提示存在恶性可能。

记者:甲状腺结节的处理原则是什么?

魏晓燕:由于良性结节极少恶变,据不完全统计良性甲状腺结节的恶变率仅1%—3%,因此大部分无症状,甲状腺功能正常的良性甲状腺结节是不需要手术的,每1—2年定期复查就可以了。当甲状腺结节引起甲状腺功能异常,产生压迫症状,或

者可疑恶性时需要进一步治疗。

目前甲状腺结节的外科治疗主要包括消融治疗和外科手术。消融是一种微创治疗方法,包括化学消融和热消融,主要针对部分良性结节,外科手术主要针对腺瘤、恶性病灶、以及需要解除压迫的巨大甲状腺结节。

甲状腺结节的手术指征主要有:如果结节较大压迫气管,食管等周围组织,可疑恶性都需要手术治疗。直径大于3cm的腺瘤,引起甲亢的有自主功能的结节,继发性甲亢在内科治疗控制甲状腺功能以后也需要手术切除。

记者:甲状腺结节能不能预防?

魏晓燕:研究发现高碘和低碘对甲状腺都有致病作用,因此合理的碘摄入可以减少对甲状腺的刺激。另外适当运动,戒除不良生活习惯有助于保持自身免疫机制的平衡,减少自身免疫性甲状腺炎的发生。甲状腺滤泡细胞对辐射非常敏感,尽量避免长期大量接触辐射源也很重要。



姜堰名医

蔡小健

蔡小健,男,硕士研究生学历,副主任医师,现任泰州市第二人民医院消化内科副主任。

蔡小健,1999年7月从南京医科大学临床医学系毕业后加入泰州市第二人民医院从事消化内科临床医疗工作。他先后在南京鼓楼医院消化科、南医大二附院进

修,熟练掌握消化科常见病的诊疗,能开展常规胃肠镜及无痛胃肠镜检查和胃肠镜下息肉摘除术、内镜下各种止血治疗术,包括门脉高压食管静脉曲张破裂出血内镜下硬化及套扎治疗,内镜下食管、幽门十二指肠、结直肠狭窄扩张及支架置入术,ERCP下胆管结石取石

术,恶性梗阻性黄疸内支架引流术及PTCD术,肝囊肿及脓肿穿刺引流术等。蔡小健对消化系统重症疑难疾病有独到见解,对溃疡性结肠炎及重症胰腺炎的中西医治疗有较丰富的临床经验。

近年来,蔡小健先后在省级以上医学专业杂志上发表论文十篇。

更年期,多吃橙黄果蔬

对于女性朋友来说,更年期是一道“人生大坎”。除了规律作息、做好心理准备,饮食上也要注意,建议多吃橙黄色果蔬。胡萝卜、南瓜、木瓜、橙子、柚子等橙黄色果蔬富含胡萝卜素和叶黄素,对更年期女性有以下几种好处。

缓解皮肤干燥。进入更年期,很多人的皮肤会变得敏感、干燥,眼睛也会出现干燥、痒、刺痛、流眼泪、酸涩等不适感。胡萝卜素能在人体内转化成维生素A,有助于维持皮肤和黏膜的完整性,如果摄入不足,皮肤表面所分泌的黏膜和皮脂减少,会带来干燥感,表现为表皮干燥而角质化,毛囊突起,皮肤摸起来粗糙扎手。

提升免疫力。在这个特殊时期,女性的内分泌系统会发生一系

列变化,机体调节能力和免疫力也随之降低。维生素A对于提升免疫力至关重要,其充足时,皮肤和机体保护层(如胃肠道、呼吸道、生殖道上皮层)才能维持正常的抗感染能力和抵御外来侵袭的天然屏障作用。

预防黄斑变性。更年期也是黄斑变性的高发期,补足叶黄素有助预防这种眼部疾病。叶黄素是视网膜黄斑中的主要类胡萝卜素,可在人眼视网膜内部形成一种有效的蓝光过滤器,能吸收光线中有害的紫外线和短波光,同时捕获危险的自由基,将蓝光造成的氧化损害降到

最低,从而延缓眼睛衰老。

预防乳腺癌。乳癌与雌、孕激素水平关系密切,更年期女性激素水平紊乱,因此比其他年龄组更易被乳癌盯上。并且,这个阶段的女性容易出现体内脂肪代谢紊乱,而过量的脂肪会刺激合成过多的雌激素和催乳素,进而引发乳癌。研究发现,血液中类胡萝卜素的浓度越高,患上乳癌风险越小。也有研究发现,柑橘类水果摄入量和乳癌风险呈负相关。

保护心血管。一般来说,50岁左右,女性卵巢功能开始衰退,雌激素保护作用减弱,即进入绝经过渡

期,心血管病风险增加。研究发现,血清中类胡萝卜素水平每升高25%,全因死亡、癌症死亡和心血管疾病死亡的风险都会显著降低。原因可能在于,类胡萝卜素具有一定抗氧化作用,有助消灭体内自由基,进而保护心血管。(来源:生命时报)

