

# 40%的人患甲状腺疾病 查出甲状腺结节应该怎么办

根据中华医学会内分泌学会针对31个省市自治区的甲状腺疾病流行病学调查结果显示,大约有40%的成年人患有甲状腺疾病,其中患病率最高的是甲状腺结节,占20.43%。查出甲状腺结节,应该怎么做?专家提醒,查出甲状腺结节首要的是排除甲状腺癌,注意检查报告上的这四类词可能与恶性有关。

## 检查 首选高分辨率超声检查

发现甲状腺结节,重点是先确定它是良性还是恶性的。绝大多数甲状腺结节都是良性的,不用过度治疗,若其影响外观、吞咽功能或呼吸功能,则需及时就医选择治疗方案。

作为人体最大的内分泌腺,甲状腺位于喉下部气管上部的前侧,分左右两叶,中间相连,呈“H”形,吞咽时可随喉部上下移动。高分辨率超声检查是评估甲状腺结节的首选方法,可确定结节的大小、数量、位置、质地等。不过,仅看“外貌”,有时候也会看走眼,因此确诊甲状腺结节后还需

要检查甲状腺激素、甲状腺自身抗体以及肿瘤标志物。

细针穿刺抽吸活检(FNAB)是评估甲状腺结节精确且性价比高的方法,可作为术前诊断的“金标准”,提高取材成功率和诊断准确率。

## 报告 四类词提示恶性风险

甲状腺结节的大小并不是判断良性或恶性的标准,还需结合超声检查报告中的描述来判断。若检查报告中包含以下几类词汇,提示为恶性的可能性比较大。

1. 微小钙化:“钙化”代表的结节性质不能一概而论。微小钙化是指沙砾样、颗粒样点状,通常直径小于等于2毫米的钙化点,需要排除恶性。粗大钙化直径一般在2毫米以上,良性的可能性大。

2. 形态不规则、边界不清:恶性肿瘤多有形态不规则和边界不清的特征,意味着结节比较活跃,细胞有向外活动的趋势。

3. 纵横比大于1:1:在甲状腺结节超声检查中,与气管平行的方向为横向。通常情况下,人体所

生长的结节在重力作用下沿人体长轴生长,即横向生长。结节如为恶性,其增殖较快,可以突破重力的作用,垂直于人体长轴生长,从而出现纵横比大于1的情况。

4. 低回声或极低回声:由于恶性肿瘤的细胞成分相对较多,而胶质少,相对于甲状腺实质回声低。虽然大部分的低回声结节还是良性的,但明显的低回声结节应怀疑恶性肿瘤。高回声结节或内部呈海绵样结构的结节则大多是良性的。

## 手术 三种方式怎么选

查出甲状腺结节后,重点要排除甲状腺癌。对于良性的甲状腺结节,根据医生建议定期复查甲状腺彩超即可,部分有手术指征的结节也可以选择手术。确诊甲状腺癌者,一般建议手术治疗,甲状腺癌恶性程度相对其他癌症较低,不容易发生远处转移,手术预后也较好。

目前临床手术方式主要包括开放手术、腔镜手术和射频消融治疗。传统的开放手术会在颈部留下一条弧形手术疤痕。

## 预防 重视对情绪调节

甲状腺结节与生活方式有较明显的关系,尤其与情绪密切相关,容易在人生气时加重,影响局部及其他脏腑的功能。有些女性不仅有甲状腺结节,还有乳腺结节、子宫肌瘤。因此,在甲状腺结节的发病、治疗、转归中,要重视情绪调节。

中医认为,甲状腺结节归属于“瘿病”范畴,与痰瘀互结有关,中医治疗主要采用“消法”。需要注意的是,甲状腺合并甲状腺结节的患者在饮食中需要控制碘的摄入,不建议吃海鲜;甲状腺结节合并甲状腺炎急性期患者,在服药期间也应避免摄入海鲜;甲状腺结节合并甲减的患者,由于本身甲状腺激素分泌不足,对于海产品的摄入无特殊要求。

王月明

痕。而腔镜手术可以将切口转移到身体比较隐蔽的部位。射频消融手术则是通过消融针穿刺到甲状腺结节部位,不会在颈部留下明显疤痕,一般用于治疗良性甲状腺结节。

## 我国猴痘诊疗指南发布

今年5月以来,世界多个非流行国家报告了猴痘病例,且存在社区传播。为提前做好猴痘医疗应对工作准备,提高临床早期识别和规范诊疗能力,国家卫生健康委同国家中医药管理局组织制定了《猴痘诊疗指南(2022年版)》,并对外发布。

指南介绍,猴痘是一种由猴痘病毒感染所致的人兽共患病毒性疾病,临幊上主要表现为发热、皮疹、淋巴结肿大。主要传染源为感染猴痘病毒的啮齿类动物。灵长类动物(包括猴、黑猩猩、人等)感染后也可成为传染源。

猴痘病毒如何传播?指南指出,病毒经黏膜和破损的皮肤侵入人体。人主要通过接触感染动物病变渗出物、血液、其它体液,或被感染动物咬伤、抓伤而感染。人与人之间主要通过密切接触传播,也可通过飞沫传播,接触被病毒污染的物品也有可能感染,还可通过胎盘垂直传播。尚不能排除性传播。

感染猴痘后会出现哪些症状?根据指南,发病早期出现寒战、发热,体温多在38.5℃以上,可伴头痛、嗜睡、乏力、背部疼痛和肌痛等症状。多数患者出现颈部、腋窝、腹股沟等部位淋巴结肿大。发病后1至3天出现皮疹。从发病至结痂脱落约2至4周。部分患者可出现并发症,包括皮损部位继发细菌感染、支气管肺炎、脑炎、角膜感染、脓毒症等。

指南指出,猴痘为自限性疾病,大部分预后良好。严重病例常见于年幼儿童、免疫功能低下人群,预后与感染的病毒分支、病毒暴露程度、既往健康状况和并发症严重程度等有关。既往接种过天花疫苗者对猴痘病毒存在一定程度的交叉保护力。

指南明确,疑似病例和确诊病例应安置在隔离病房。疑似病例单间隔离。患者体温正常,临床症状明显好转,结痂脱落可以出院。

新华

## 慢病患者要学会给生活做“减法”

的。不同患者不同病情临床情况不同,即使同一患者在不同病期阶段其临床情况也不同。所以擅自将别人的治疗方案拿来用,不停地寻找偏方,对身体也是一种负担。

以癌症为例,患者希望把能用的治疗都用上,让药用得更猛烈些,消灭

一切癌细胞,这是不科学的。正确做法是中西医结合治疗,既要治癌,更要保命。所以治疗癌症的关键不是一味地追求肿块消失,重要的是控制癌细胞,使其不再进一步发生转移。

大量临床实践证明,对中晚期病人进行大剂量放、化疗,或对产生耐药的患者再次进行化疗,

只能导致虚弱的生命更加垂危。

另外,还要坚持沿着原来的治疗方案,定期复查,与主治医生沟通及时调整接下来的治疗方案,强化抗癌效果。总之,以肿瘤治疗为例,在治疗中要权衡人的机体与肿瘤(整体与局部)之间的关系,才能达到长期生存的目的。

李忠

## 桂龙药膏半价抢购

十种常见病症,您有几种?  
风温骨痛、慢性腰腿痛、  
失眠多梦、心悸、气短、贫血、  
多汗、尿频、腹胀、厌食.....

华天宝桂龙药膏有效应  
对常见十种病症,祛风除湿,  
舒筋活络,温肾补血。

华天宝桂龙药膏是经国家市场监督管理总局批准的带批文药品,由28味深山纯天然药材熬成膏滋,如黑老虎根、牛膝、玉竹、山药、红花、过岗龙、狮子尾等,治疗与养护同时进行,从选材、清洗、浓缩、收膏、密封,每一个环节都做到精益求精,真正做到了一斤药材浓缩成二两膏。

温馨提示:华天宝桂龙药膏感恩回馈新老顾客,半价优惠只限50岁以后患者朋友,由厂家直接发货,省去中间环节,全国仅限提供30万瓶,逢百名成功订购者,可享受额外赠送活动:30送1、50送3、100送10,数量有限,先到先得,抢完为止!

抢购热线:400-189-9129  
手机/短信:185-9394-6983

OTC 国药准字 Z45021464 广告批准文号:桂药广审(文)第 250810-00405 号 请按药品说明书或在药师指导下购买和使用

## 青岛乐康 中医老年病医院

## 下肢血管病 专科门诊

电话:15615324125

地址:青岛市南仙居路10号

鲁中医广[2022]第0222-005-3702号

海参是实实在在营养保健佳品,常年坚持吃海参的中老年人,精气神就是好,钱花得值得。  
一品康海参是青岛知名的海参品牌,其经营讲诚信,海参品质优良,价格低廉,深受青睐。

## 父亲节买海参就买一品康海参

青岛总店:青岛市市北区台东六路28号(威海路工行后)

电话:151-66666-441(赵经理) 活动时间:6月17-21日

即食刺参 1000元/5斤	北极参 1000元/3斤	大连小刺参 1280元/斤 2800元/3斤
长岛刺参 1580元/斤 3600元/3斤	大连刺参 1880元/斤 4500元/3斤	大连淡干刺参 2980元/斤 7580元/3斤

买海参3斤送即食海参1斤 免费水发海参 本市免费送货 全省全国包邮