

# 健康

甲状腺被称为“身体发动机”，控制着人体的众多代谢活动。每年的5月25日是世界甲状腺日，江苏省中西医结合医院在南京的几个社区做了一项甲状腺结节流行病学调查，样本10300例，年龄层次为40岁—80岁，甲状腺结节B超检出率高达30%，女性患病数多于男性，且受检人群大部分不知道自己患有甲状腺疾病。江苏省中西医结合医院内分泌科主任医师刘超教授提醒读者，近年来甲状腺疾病患病率呈上升趋势，准备怀孕和怀孕期间都要查甲状腺功能，不孕、忧郁或有甲状腺疾病家族史的危​​险人群更要重视甲状腺功能的检查。

□现代快报记者 金宁 通讯员 罗鑫

南京10300例社区样本大调查,30%居民检出甲状腺结节

## 关心甲状腺 保护“身体发动机”

### 现象

#### 压力大易患甲状腺疾病

甲状腺最常见的疾病有甲亢、甲减及甲状腺结节，如果甲状腺发生了疾病，我们可以看到病人的脖子有点粗或者有包块，并且随着吞咽能够上下活动。江苏省中西医结合医院内分泌科主任医师刘超教授介绍，甲减是一种常见病。临床表现往往非常隐秘，可以不知不觉发生，并且有些症状很不特异，像没劲、浮肿、有点发胖、中年发福。一般很少知道是病，如果不认真检查可能延误很长时间，直到出现特别严重的问题才发现。

“甲状腺结节的发病率最高，而甲状腺功能异常者中，甲减患者人数又高于甲亢患者。”刘超说，甲状腺疾病以女性多见，老年女性发病率更高，她们易患上甲状腺结节或者甲状腺功能减退。甲状腺疾病的发病原因与环境污染和遗传有关，尤其体现在甲亢和甲减上。现在饮食里的含碘量增多，加碘盐以及海产品的过度摄入都会增加患病风险。与此同时，生活与工作的双重压力也造成现代人自身免疫功能紊乱，从而导致甲状腺功能异常。

### 关注

#### 13次流产原因竟是甲减

女性甲状腺功能紊乱，如果发生在童年时期，则影响病人的智力和身体发育。如果在成后之后发病，则表现为月经紊乱、不孕、早产或流产。刘超教授曾经诊治过一个

40岁的女性，这个患者居然有13次流产经历，她平时月经正常，就是每次怀孕不到两个月就流产，最后刘超为她检查发现了流产是源于甲减、甲状腺免疫功能失常。

甲状腺功能减退给老年人的影响是心血管病发生，有的表现为抑郁症，记忆力减退。甲亢的老年人容易出现心律失常、骨质疏松，有的还会加重老年痴呆。一个40多岁的农民因心律失常就诊，心脏科为其做了消融治疗，病情有所缓解，但没过多久，症状又恢复如初，辗转经人介绍到内分泌科，才知道是甲状腺功能减退引起的心律失常，只要治疗了原发病，心律失常等并发症也逐渐消失。

刘超教授告诉记者，针对甲状腺疾病，有的国家建议40岁以上人群普查甲状腺功能。我们则建议准备怀孕和怀孕期间要查甲状腺功能，不孕、忧郁或有家族史的危​​险人群更要重视甲状腺功能的检查。

### 思考

#### 甲状腺结节都要开刀吗

关于甲状腺疾病的预防，刘超教授建议读者首先要关注生活和工作的压力，尽量学会自我减压。其次是适碘饮食，最后是及早发现积极治疗。刘超教授说，甲状腺功能减退要用药物替代治疗，要求病人终生服药。甲亢治疗则有药物、手术和同位素治疗三种方式，大部分人选择的是药物治疗，治疗疗程1—2年，50%以上病人可以治愈。

临床上很多患者关心甲状腺结节，因为发病率多达30%。他感

叹道，目前很多的甲状腺结节，尤其是良性结节实施了不必要的甲状腺切除手术，而且，更多的手术采取甲状腺全切的方式，这样的趋势，是否属于过度治疗的范畴？这一直是大家热议的话题。刘超教授认为，95%以上的结节都是良性，有的病人甚至不需要治疗，目前甲状腺穿刺细胞学检查可使大部分患者确诊良性还是恶性，良性的话可以长期随访观察，恶性的话则考虑手术。他特别提醒甲状腺结节的患者，一定要在内科医生的确诊和建议下再决定是否手术。



甲状腺的形状好像一只蝴蝶，俯卧在我们的颈部中上方，负责合成、储存及分泌身体所需的甲状腺激素。

### 甲状腺功能减退自查表

如果你在下面问题中，有5项或5项以上为“是”，请把你的症状告诉医生。有可能你正患有甲状腺功能减退症。

我感到乏力，常常犯困，体力和精力都很不足。

我的大脑思维迟钝，注意力很难集中，记忆力下降，行动和反应变慢了。

我的体重增加。  
我的皮肤变得干燥，我的指甲变得很脆、灰白、易折断。

我常常会觉得冷（即使其他人都觉得很舒服的时候也是如此）。  
我有许多负面的想法，感到情绪低落、抑郁。

我的肠道功能和代谢水平好像也都降低了，有时候还会便秘。

我感到肌肉和骨骼僵硬疼痛，我的手感到麻木。  
我的血压增高或心跳变慢了。  
我的胆固醇水平增高了。

如果你的回答有5项或5项以上为“是”，请到医院的内分泌科就诊，并进行TSH（促甲状腺素）的血液学检验。

主编：朱惠蓉 责任编辑：红娟 美编：江佳镁 组版：丁亚平

现代快报 健康

快报全科专家团汇聚

## 三甲医院名医



全科专家团系列之一  
《健康周刊》逢周一出版

江苏省属医疗单位			部队医院	南京市属医疗单位		
江苏省人民医院 心内科主任医师 <b>曹克将</b>	江苏省中医院 肾内科主任医师 <b>孙伟</b>	南京鼓楼医院 心肾内科主任 <b>马根山</b>	解放军第八一医院 全军肾脏中心主任 <b>秦叔迪</b>	南京鼓楼医院 普外科主任医师 <b>邱勇</b>	南京市第一医院 骨科主任医师 <b>王黎明</b>	南京市第二医院 感染科主任医师 <b>姚文虎</b>
南京二大医院 肾内科中心主任 <b>范志宁</b>	解放军454医院 肾科主任 <b>李颖</b>	南京市妇幼保健院 产科主任 <b>刘晓梅</b>	南京儿童医院 泌尿外科主任 <b>刘生民</b>	南京市中医院 心内科主任 <b>樊志敏</b>		
江苏省中医院 肾内科主任 <b>朱佳</b>	南京市中医院 口腔科副主任 <b>朱正宏</b>	南京同仁医院 耳鼻喉科副主任医师 <b>葛文彭</b>	南京市口腔医院 牙体牙髓科主任 <b>高久禹</b>	南京鼓楼医院 肾内科主任 <b>谢世平</b>	南京市中医院 肾内科主任 <b>张侠</b>	