

寒暖适体,勿侈华艳,可以延年。
——《养性延命录》

甲状腺患者饮食要科学 远离烟酒、辛辣食物

□ 崔媛媛 星级记者 俞宝强/文 倪路/图

头颈部肿块有哪些,如何鉴别?如何早期发现头颈部肿瘤?甲状腺癌有哪些早期症状?如何预防口腔癌?6月3日上午9:30-10:30,本报健康热线0551-62623752,邀请了安徽省肿瘤医院头颈外科主治医师郑绪才与读者交流。

专家介绍

郑绪才,安徽省肿瘤医院头颈外科主治医师、胸医学硕士。省外科学会甲状腺乳腺外科学组委员(秘书),2011年度蚌埠市科学技术进步一等奖,2014年安徽省首届甲状腺手术视频大赛第1名,以第一作者在国家级刊物发表论文近10篇。专业特长包括头颈部肿瘤的基础及临床研究,熟练掌握甲状腺癌的外科治疗各种术式,喉癌、下咽癌手术及腮腺手术等。



甲状腺癌分乳头状癌、髓样癌等四种

读者:什么是甲状腺癌?

郑绪才:甲状腺细胞内发生癌变产生的甲状腺恶性肿瘤就是甲状腺癌,分为乳头状癌、滤泡状癌、髓样癌、未分化癌四种。①乳头状癌,最常见,约占甲状腺癌的75%;其特点是好发于年轻女性、分化高预后好、以局部淋巴结转移为主。②滤泡性癌,约占16%;好发于中年女性、中等分化、预后较乳头状癌差一些、以血行转移为主。③髓样癌,约占6%;属于自体代谢紊乱造成,预后较差,血行和淋巴结都可以转移。④未分化癌,约占3%。预后最差。每一种癌均各有特点,有不同的临床表现和预后,治疗方法也不尽相同。

14岁以下儿童单个结节 10%~50%是恶性

读者:什么样的甲状腺结节怀疑是癌?

郑绪才:如果出现以下表现者应警惕癌性结节的可能:14岁以下儿童的甲状腺单个结节,其中10%~50%是恶性;成年男性甲状腺内的单发实性结节;多年存在的甲状腺结节,短期内明显增大;儿童期头颈部曾接受过放射治疗的患者,甲状腺单个结节应引起注意;查体表现结节质地坚硬,固定不规则或伴同侧颈部淋巴结肿大、声带麻痹、声音嘶哑者;颈部CT显示甲状腺内的钙化阴影为云雾状或颗粒状。边界不规则,可导致气管狭窄;B超检查呈实性或囊实性,内部回声不均匀,边界不清楚和不规则,尤其伴砂粒体、钙化灶和/或血流丰富或异常。

能够引起甲状腺结节的疾病很多

读者:甲状腺结节在什么情况下应该手术治疗?

郑绪才:能够引起甲状腺结节的疾病很多,结节性甲状腺肿,腺瘤,亚甲炎,桥本氏病,甲亢,甲状腺癌。其中甲状腺腺瘤、甲状腺癌是绝对的手术适应症,其他的结甲,甲状腺炎,甲亢都是相对的手术适应症。上述疾病如果同时合并气管受压,肿块巨大影响生活,肿块向上纵膈生长,结节怀疑恶变或已经恶变,甲亢因其他原因不能用放射碘治疗的,都要积极的手术治疗。对于可以明确诊断为良性结节的病人只要没有压迫,不影响工作生活均可以非手术治疗或观察。

需戒烟、酒,忌辛辣刺激性食物

读者:甲状腺结节患者在饮食方面应该注意哪些问题?

郑绪才:患有甲状腺结节的患者在饮食上应该注意以下几点:

宜吃食物:宜多吃具有消结散肿作用的食物,包括菱、油菜、芥菜、猕猴桃等;宜多吃具有增强免疫力的食物,如香菇、蘑菇、木耳、核桃、薏米、红枣、山药和新鲜水果等。

忌吃食物:忌烟、酒;忌辛辣刺激性食物,如葱、花椒、辣椒、桂皮;忌肥腻、油煎食物。

可能引发因素包括放射线、碘的异常等

读者:发生甲状腺癌的原因有哪些?

郑绪才:甲状腺癌发生的原因尚不完全清楚,可能的因素包括放射线、饮食中的致癌物质、碘的异常、甲状腺的良性疾病、遗传因素等等。目前还没有一种原因能够完全清楚和甲状腺癌的确切关系,所以还没有诊断病因的根本预防方法,迄今为止还只能做到早发现、早诊断、早治疗。

读者:甲状腺癌有哪些临床表现?

郑绪才:甲状腺癌的临床表现主要是在颈部发现甲状腺结节或淋巴结肿大,如果发现颈部孤立较大的结节,临床上都要排除甲状腺癌的可能。如结节坚硬而不平整伴颈淋巴结肿大或喉返神经麻痹或以往有颈部放射史者癌肿的可能性很大。同样如在甲状腺的多发性结节中发现个结节特别突出而且较硬也应疑有甲状腺癌的可能。如甲状腺本身出现不对称的肿大或硬结且增大迅速或已固定都应考虑甲状腺癌的可能。

生存率相比其他肿瘤高出许多

读者:我得了甲状腺癌,预后怎么样?

郑绪才:近年甲状腺癌的发病率明显升高,患了甲状腺癌的病人多数都非常紧张,寻找各种方法治疗,更有甚者不做手术,而采用偏方等各种古怪的方法,这都是错误的,会延误病情,影响治疗效果和预后的。实际上患了甲状腺癌并不可怕,只要及时发现,正确诊断,规范手术及综合治疗,远期存活率非常高,甚至不影响生命。

最常见的甲状腺乳头状癌病程较长,但只要分期不很晚,手术规范,预后很好,存活率是以10~20年计算的。即使肿瘤较晚期,经过手术和其他综合治疗,生存率和其他肿瘤相比也是高出许多。同时作为病人要及时找有经验的甲状腺专科医生就诊,这样才能不漏诊,避免手术不彻底,杜绝二次手术。甲状腺癌的首次手术的规范程度,直接影响病人远期生存率和生活质量。

有关孩子“吃”的行为问题不可忽视



热线电话 0551-62620110

邮箱 749868765@QQ.com

本期特邀医院:
合肥市妇幼保健所

读者:宝宝胃口差,不爱吃饭,吃饭时满地乱跑,家长追着喂,如果把宝宝放在座椅上就必须要看手机和ipad上的动画片才可吃饭,一顿饭喂下来常常要一个多小时,家长被弄得筋疲力尽。这是普遍行为吗?

合肥市妇幼保健所儿童心理保健科主任医师于爱萍:儿童的饮食行为问题目前是家长在养育孩子的过程中受到最大困扰的问题之一,主要表现在挑食、吃得少、吃得慢、对食物不感兴趣、经常拒绝某些食物、不愿尝试新的食物、偏爱、进餐分心(玩、看电视、打游戏机等)、家长需哄着或追着进食、暴食行为等。据国内学者调研,我国1~6岁儿童饮食行为的发生率约为39.7%。

读者:我们带着孩子跑遍各大医院,检查均未发现明显异常。经过你们门诊医生询问、检查及评估,最后考虑宝宝的饮食行为存在问题。这是怎么回事?原因在哪?

合肥市妇幼保健所儿童心理保健科主任医师于爱萍:有关儿童饮食行为问题的形成原因,普遍认为和遗传因素、儿童的生物学因素、家长的喂养方式等有关。儿童饮食行为问题和养育环境中溺爱、娇惯、缺乏正确的喂养知识、家长不良的示范等有着密切的关系。家长的不良喂养行为,是儿童出现饮食行为问题的重要影响因素。儿童在其发展的各个阶段,被广泛地暴露在市场营销的多种媒体和非广播源宣传中,对其饮食行为(总摄入量和食物的选择)会产生影响。

读者:如何预防和杜绝这种情况?

合肥市妇幼保健所儿童心理保健科主任医师于爱萍:国内外的研究资料表明,儿童的饮食行为和儿童的超重及体重不足有密切的关系。关注儿童饮食行为,关注父母的喂养行为对儿童的身心健康成长有着十分重要的意义,对父母喂养行为早期进行干预有助于塑造儿童良好的饮食行为,从而减少儿童饮食行为的发生。

高航 星级记者 俞宝强

更多植物人将开启“苏醒之门”

昨日,市场星报记者从省立医院获悉,日前该院神经外科牛朝诗教授领衔的团队,成功为一高龄高血压脑出血术后昏迷11个月患者,实施“脊髓电刺激器植入术”,这是继首例特重度颅脑损伤昏迷患者后的技术应用再拓展,术后苏醒疗效满意。

据悉,患者,女性,67岁,11个月前系高血压脑出血在外院行手术治疗,术后一直处于植物生存状态,对外界刺激无任何反应。虽然家属四处寻医问药、几经康复治疗,但老太太仍无法感知外界,沮丧的子女仅能选择默默地守候和静静地等待。子女慕名就诊牛朝诗教授,经几番细致的查阅患者病史、病情以及科学的论证,予以实施“脊髓电刺激器植入术”。术后经脊髓电刺激调试刺激参数三周后惊人地发现,患者双眼不仅能自主寻找外界的人物、声音,而且面部表情丰富、肢体僵硬改善,最令人兴奋的是老太太能自主与周围人完成握手及友好(“挥挥手的拜拜动作”)动作,而且这种动作在逐渐增多。

所谓的脊髓电刺激术是将电极植入脊柱椎管内,通过脉冲电流刺激激活脑干网状上行系统和胆碱能上行网状系统,改善脑血流灌注、逐步恢复受损大脑的神经电生理活动,兴奋大脑皮层。此法不仅适用于颅脑创伤性昏迷,也适用于高血压脑出血和缺氧性脑病所致的植物状态,研究表明早期诊断、早期治疗疗效会更好。相信此项技术的不断开展,定会为更多植物人开启“苏醒之门”,造福患者,造福社会。梅加明 星级记者 俞宝强