



体检发现甲状腺结节怎么办？

凌波 实习生 杨梦婷/文 冷子璇/图

甲状腺是人体合成与分泌甲状腺激素的器官。甲状腺结节是指甲状腺细胞在局部异常生长所引起的散在病变，是很常见的。一般人群中通过触诊的检出率为3%~7%，借助高分辨率超声的检出率可高达20%~76%。

那么，体检发现甲状腺结节怎么办？怎么判断是良性还是恶性？哪些生活习惯会诱发甲状腺结节？

11月25日上午，本报健康热线0551-62623752，邀请了安徽省肿瘤医院副主任医师郑绪才与读者交流，和大家一起谈谈“体检发现甲状腺结节怎么办？”。

名医简介

郑绪才 安徽省肿瘤医院纪委委员，党支部书记，头颈甲状腺外科副主任医师，医学博士，副教授，硕士生导师。

擅长头颈部肿瘤及乳腺肿瘤的基础及临床研究。熟练掌握甲状腺及乳腺肿瘤的专科治疗，疑难复杂甲状腺癌的根治性手术及转移皮瓣修复术，多功能保留的侧颈淋巴结清扫的精细手术，各种入路腔镜甲状腺手术等。



体检发现甲状腺结节怎么办？

读者：医生您好，我今年20岁，体检查出有甲状腺结节。我才上大学二年级，我应该怎么办？

郑绪才：甲状腺结节是指甲状腺细胞在局部异常生长引起的散在病变。虽能触及、但在超声检查中未能证实的“结节”，不能诊断为甲状腺结节；体检未能触及、而在影像学检查偶然发现的结节，称作“甲状腺意外结节”。甲状腺结节很常见，一般人群中通过触诊的检出率为3%~7%，借助高分辨率超声的检出率高达20%~76%。

面对体检报告上“甲状腺结节”的诊断，人们的心理会走向两个极端。有人生怕自己患的是不治之症，要立即对“结节”杀无赦；而另一些人则认为结节没什么大不了的，既不痛又不痒，随它去好了。其实，甲状腺上的结节可能是甲状腺癌，也可能是甲状腺瘤、结节性甲状腺肿等，在未明确其性质以前，统称为“甲状腺结节”。所以，得了结节的患者需要重点关注与甲状腺癌相关的风险因子，如甲状腺结节是否生长迅速，有无声音嘶哑、声带麻痹及同侧颈淋巴结肿大、固定等。在做甲状腺B超检查时，如果B超显示结节是实质性包块、有点状微钙化、边界不规则、内部血流丰富、周围组织浸润、淋巴结可疑阳性，那么就要引起足够的重视。建议您不必过于担心，定期复查，保持良好心态。平时注意饮食清淡，适当运动，保持充足睡眠。

怎么判断甲状腺结节是良性还是恶性？

读者：我母亲今年65岁，前不久住院的时候全身检查出有良性甲状腺结节。我想问问您，这是否会发展成甲状腺癌？

郑绪才：大部分甲状腺结节是良性的，只有5%~15%的甲状腺结节为恶性，即甲状腺癌。可以通过以下方式鉴别。

- (1) 体检：良性的一般质地软而光滑，可以活动，而质地比较坚硬、固定、形状不规则且没有痛感的多是恶性的；
- (2) 生长速度：一般生长速度比较快的结节，恶性可能性大；
- (3) 超声分析：边界是否清楚、回声是否均匀、有无出现钙化、有无探及颈部淋巴结肿大等；
- (4) 有显著压迫症状或者声音嘶哑：甲状腺结节若能引起显著的压迫症状或者声音嘶哑，患者应小心癌变；如果出现甲状腺肿，且同时伴有

邻近颈淋巴结肿大的，也要考虑是否为癌；

(5) 核素扫描：“热”或“温”结节大多数是良性的，“冷”结节、尤其是单个的“冷”结节，癌变率比较高；

(6) 细针穿刺活检；
(7) 手术病理石蜡。

大部分良性甲状腺结节都不能自行消失，建议您母亲定期到医院就诊复查，避免甲状腺结节在发展过程中发生变化。

哪些生活习惯会诱发甲状腺结节？

读者：您好，我听说食用过多的碘会导致甲状腺疾病，是这样吗？还有什么生活习惯会诱发呢？

郑绪才：碘是我们人体必需的一种微量元素，是构成甲状腺激素的必要原料，并可促进人体甲状腺激素分泌，因此，适宜的碘营养水平可以维持甲状腺的正常生理功能，保证人体健康。人体如果缺碘会导致一系列生理紊乱及生理功能异常，会引起甲状腺肿大和克汀病，婴幼儿缺碘会严重影响大脑发育造成智力残疾，严重的会形成呆小症。但是，碘过量也会对健康造成危害，引发各种甲状腺疾病。正常成人每日需要的供碘量约为120微克，当人体摄入过量的碘，碘就会聚集在甲状腺，从而引起甲状腺结节、甲状腺肿、甲状腺功能亢进、甲状腺功能减退、自身免疫甲状腺疾病和甲状腺癌。另外，高碘含量可能还会使人体脂代谢异常，导致各种内分泌疾病的产生；过量的碘也会损伤大脑，影响学习记忆能力。

甲状腺结节的诱发原因有以下这些：

- (1) 遗传因素：遗传是引起甲状腺结节的关键因素之一，家族中有本病史的后代发病率比无家族史者更高。
- (2) 盲目补碘：补碘是非常讲究的，并不是越多越好，摄入碘过多也可能引发甲状腺结节。
- (3) 激素合成障碍：甲状腺是人体内分泌系统的重要器官，影响甲状腺功能的合成，而甲状腺结节形成原因与激素的合成障碍有很大关系。
- (4) 环境及心理因素：甲状腺专家认为，这种疾病的发生与我们的情志有关，心情的悲观、郁闷，会导致甲状腺处在不稳定的状态，时间长了，在外界环境的刺激下，就会导致此病的发生。



热线：0551-62623752

健康新闻

远程胎心监护，救了胎儿一命

星报讯(华玲 王璐璐 记者 马冰璐) 日前，李女士(化名)的爱人手捧两面锦旗，特意从家里来到安徽省妇幼保健院，当面将锦旗交给急诊中心主任蒋军，感谢蒋军及其团队争分夺秒地努力抢救，让当时自己宫内缺氧窒息的孩子化险为夷，平安降生！“远程监护救母子 大爱无疆人人夸”“医德高尚暖人心 医术精湛传四方”，字里行间表达了对白衣天使的感激之情。

孕妇李女士(化姓)，今年26岁，孕20周起产检B超提示脐带螺旋过密，脐带扭转，孕妇及家人特别担心胎儿宫内缺氧，生长缓慢等不良结局，反复比较选择，决定在省妇幼保健院蒋军主任处定期检查。蒋军主任根据其具体情况给予了个性化处理，考虑到脐带螺旋过密，脐带扭转对胎儿安全的影响，同时孕妇来院不便，无法密切了解和跟进孕妇的监护情况，遂在其34周建议她使用远程胎心监护仪，居家监测胎儿状况。

11月20日22时，怀孕37+周的李女士在家做胎心监护，随后将胎心监测结果上传至妇幼保健院远程胎心监护平台，并由急诊医生立即进行了判读，加速不明显同时有减速情况，要求其密切注意胎动并再次复查。1小时后李女士又将其复查的监护结果上传至医院平台，复查结果与第一次结果类似仍然存在延长减速，急诊医生随即汇报给蒋军主任，根据丰富的临床经验判断，胎儿可能出现宫内窘迫，情况比较危急，立即电话通知李女士来院。

李女士赶到医院，蒋军主任及值班医生根据监护和超声进行全面综合评估，决定立即手术终止妊娠。于是11月21日凌晨，启动急诊手术绿色通道，仅仅不到十分钟，李女士被顺利推入手术室，在产科、麻醉科、新生儿科等多学科协作下，医护人员全力配合，李女士顺利诞下一4斤6两重的宝宝，术中可见胎儿的脐带呈麻花样扭转，由于抢救及时，母子平安。术后，看到哇哇啼哭的宝宝，李女士流下了喜悦的泪水，感谢医生给予了宝宝新生命。

蒋军提醒，妊娠34周以后特别是36周，胎心监护是最主要的产检手段，需要每周做胎心监护，通过远程胎心监护可以实现在家监护，医生远程判读，以便在胎儿缺氧时，给予及时提示以便进一步检查处理。

蒋军建议，高危孕妇包括高龄孕妇(>35周岁)、疤痕子宫、前置胎盘、羊水异常、异常胎心胎动、妊娠期糖尿病、高血压、脐带绕颈或异常、珍贵儿(试管婴儿)、胎儿宫内发育异常、胎心监护60分钟以上不合格、新冠肺炎疫情期间不方便来医院的孕妇等，适用于远程胎心监护。

常备药箱

有些药可能“毁”嗓子

声音嘶哑是临床上常见的一种病症，除某些炎症、声带上长出结节或息肉、声带麻痹等原因外，药物使用不当也会引起声音嘶哑，医学上称之为“药物性嗓音异常”。患者在使用以下药物时，尤其应当慎重。

1. 抗感冒药。包括某些抗过敏药，如盐酸苯海拉明、非那根；某些镇咳祛痰药，如咳必清、咳美芬等；某些抗病毒药，如吗咪呱、金刚烷胺等。患者如果未遵医嘱或未按说明书规范用药，可能造成咽干、口干、唾液分泌减少、语言不清、声音嘶哑等副作用。
2. 性激素类药。主要是雄性激素及蛋白同化激素，如甲基睾丸素、丙酸睾丸酮、康力龙及苯丙酸诺龙等。女性使用不当或用量过大，易出现声音低沉、粗重、男音化，甚至嘶哑等副作用。
3. 抗胆碱类药。如阿托品、山莨菪碱、颠茄片等，会抑制腺体分泌，服用次数过多时，可能出现咽喉干燥，引起声音嘶哑。
4. 部分中草药。麻黄、桂枝、细辛、干姜、苍术、苍耳子、鹿茸、人参等温热性中草药，以及某些安神中药，如石决明、磁石等，服用过久可引起口燥咽干、声音嘶哑。
5. 其他药物。一些降压药、利尿剂、解痉止痛药等也有“毁”嗓子的可能。

在使用上述药物时，病人要密切注意自己嗓音的变化，特别是教师、主持人、配音、解说、播音和歌唱演员等行业工作者，更应慎用此类药物，出现不良反应和症状要及时就医。因药物引起的嗓子嘶哑，可咨询医生进行换药或停药，一般停用药物即可恢复。声音嘶哑症状较重者，可对症用些清利咽喉的中成药，胖大海茶、罗汉果茶等也有防治作用。 曾婉婷 据《生命时报》