

“如鲠在喉”？ 体检发现甲状腺结节怎么办

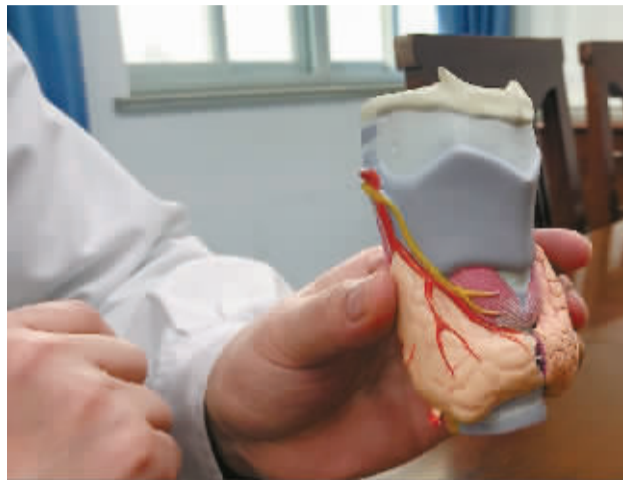


解惑
体检报告单⑦

甲状腺是人体最大的内分泌器官。它位于颈部甲状软骨下方，气管两旁，形似蝴蝶翅膀。

正常情况下，甲状腺在颈部看不见也摸不着，容易被忽视。直到体检时听B超医生说“你有甲状腺结节”，很多人才会重视起来。

甲状腺结节和甲状腺癌有多大关联？体检发现甲状腺结节后如何应对？就这些问题，记者采访了宁波市医疗中心李惠利医院甲乳外科主任医师季晓春。



季医生拿着人体甲状腺模型，解说甲状腺结节的相关知识。 通讯员供图

A 结节虽然以良性居多 但一年至少应复查一次

季医生说，人们口中所说的甲状腺结节，其实是甲状腺肿瘤一种浅显的表述。“结节不是疾病名称，只是一种表象。”

季医生介绍，甲状腺结节有良性和恶性之分，其中绝大多数是良性。体检中发现的甲状腺结节，大多是良性，不必太紧张，定期检查即可。

记者采访的时候，正好遇到一位患者家属向季医生咨询。B超显示，患者甲状腺有个肿块，直径3厘米。患者家属很纠

结，要不要手术。查看报告单，显示肿块边界光滑，还可看到包膜。季医生推断，肿瘤是良性，不建议手术。

季医生说，良性甲状腺结节本身并不严重，一般瘤体小时无明显症状。但要注意的是，如果不治疗，有的瘤会逐渐长大，如果出现以下情况，就需要及时手术了。

大于4厘米的巨大甲状腺结节，会影响到生活和工作；会因气管、食管或喉神经受压

迫引起临床症状，如呼吸和吞咽困难，声音嘶哑等；结节性甲状腺肿还会继发甲状腺功能亢进。

这就是定期检查的意义，及时发现结节的大小以及是否出现癌变。良性甲状腺结节，有10%左右的恶变率。特别是70岁以上的老年人，癌变可能性更大，所以发现结节后，一年至少复查一次。如果是暂未接受治疗的可疑恶性或恶性结节，随访间隔还要缩短至3个月。

B 结节恶变有征兆 基因突变可致甲状腺癌

对很多人来说，最关心的还是甲状腺结节的恶变。

据季医生介绍，甲状腺恶性肿瘤有特征性的表现：边界不清楚、有毛刺状或星状突起，有时候伴有砂砾样钙化。专科医生只要通过B超检查，就很容易辨别良性恶性，必要时可以穿刺进行活检。

日常生活中，甲状腺结节如果出现以下情况，需引起重视：多年存在的甲状腺结节，短期内迅速增大；肿瘤硬实，表面粗糙不平；瘤体活动受限或固定；颈部淋巴结出现肿大；出现声音嘶

哑、呼吸困难等压迫症状；成年男性甲状腺内的单发结节；儿童甲状腺结节中，甲状腺癌的比例可高达50%以上……

不过，不是所有的甲状腺癌都很可怕。季医生说，乳头状癌是最常见的甲状腺恶性肿瘤，约占所有甲状腺癌的85%，它是一种分化型甲状腺癌。作为一类惰性恶性肿瘤，甲状腺乳头状癌生长相对缓慢，大多预后良好，术后10年无病生存率在90%以上，若疾病早期未出现局部转移，术后大部分患者可达到治愈，不影响寿命。

但是，如果错过窗口期，癌细胞也会发生转移，那预后效果也会大大降低。所以，如果确诊是恶性肿瘤，还是建议及时手术。

季医生特别强调，甲状腺癌里还有种基因突变引起的恶性肿瘤，因为没有特征性的表现，难以确诊，发现的时候癌细胞往往已经扩散转移。

他建议家族中有这种病症的，一定要尽早到医院做个基因检测，明确是否有这样的基因缺陷，可提前医疗介入，在癌变发生之前就进行甲状腺切除手术，可获得更好的效果。

C 预防甲状腺肿瘤 保持良好的生活方式和心态

近10年来，甲状腺肿瘤发病率明显升高，沿海地区高发，季医生指出，这可能和地理环境、饮食习惯有关系。

甲状腺肿瘤发病可能与电离辐射、碘摄入量、雌激素水平、不良情绪等有关。人体的甲状腺组织只要接受到较少的辐射

就可能癌变，而且年龄越低，辐射的伤害会越大，所以日常生活中，人们首先要进行电离辐射的防护，手机要远离床头。

另外，内分泌失调、生活压力增大，也与甲状腺结节有一定关系。少熬夜，别焦虑。要做到劳逸结合、规律生活，避免过度劳累、保

持精神愉快，学会化解不良情绪。

良好的生活方式是预防所有疾病之良方。食物应以新鲜蔬菜为主，避免油腻、辛辣，提倡低盐健康饮食。积极锻炼身体，提高机体免疫力。

记者 程鑫 虞颖灵
通讯员 徐晨燕

暴饮暴食 小心“吃”进医院 近期这种凶险的 消化道疾病高发

撸串、冰啤酒，火锅、小龙虾……今年的夏天似乎来得特别早，路边的大排档也开始热闹起来，推杯换盏间已是嘴油肚圆。不过，大排档虽好吃，也要有节制哦。

近期因为暴饮暴食“吃”进医院的人也多了起来，鄞州二院消化内科病区曾一天就接连收治了4名急性胰腺炎患者。

家住东钱湖的陈先生就是其中之一。5月17日，陈先生约了三五好友到大排档吃晚饭。一时兴起，简单的晚饭持续了四五个小时，自然也吃了不少食物。

“我们每人喝了一箱冰啤酒，点了6斤小龙虾、一些烧烤和下酒菜。”陈先生说，那顿饭吃完回家已是凌晨，当时除了感觉有点喝多上头，并没觉得不舒服。

直到第二天起床，陈先生才觉察到异样，肚子又涨又痛，想吐又吐不出来。想想可能是吃多了，他便自行吃了消化药。但一天下来，不适的感觉丝毫没有缓解，后来更是痛得在床上直打滚，这才在家人陪同下，来到鄞州二院急救医学中心就诊。

经过抽血化验，陈先生的血清淀粉酶检测结果高达732 U/L，为正常值上限的7倍多。同时，CT检查也提示胰腺明显肿胀，且周围已经有胰液渗出。他最终被诊断为急性胰腺炎。

“近期门诊这类患者很多，基本都是因为酗酒、暴饮暴食引起的。”鄞州二院消化内科洪捷敏主任表示，夏季是消化道急症的高发期，急性胰腺炎是其中最为凶险的一种。

急性胰腺炎可危及生命，不容小觑。这个病是多种病因导致胰酶在胰腺内被激活后引起胰腺组织自身消化、水肿、出血甚至坏死的炎症反应。临床以急性上腹痛、恶心、呕吐、发热和血清淀粉酶增高等为特点。

急性胰腺炎呕吐后腹痛不缓解，这是与急性胃肠炎的一个区别点。病变程度轻重不等，轻者以胰腺水肿为主，临床多见，预后良好，又称为轻症急性胰腺炎。而重症急性胰腺炎患者的胰腺会出血坏死，常继发感染、腹膜炎和休克等，病死率高，因而被称为“生命杀手”。

洪捷敏提醒，诱发急性胰腺炎的病因有很多种，酗酒、暴饮暴食无疑是两个重要原因。

因此，洪捷敏提醒广大市民，切忌贪图一时口腹之欲，胡吃海喝、暴饮暴食，油脂、蛋白质、酒精等摄入过多，往往会让胰腺不堪重负，导致急性胰腺炎发作。尤其是原本就有胆石症、高血脂、脂肪肝等病症的人群，更应格外注意饮食平衡，不酗酒，不暴食。一旦出现急性上腹痛、恶心、呕吐、发热等症状，一定要尽早前往正规医院就诊，以免贻误病情。

记者 陆麒雯 通讯员 徐璐 谢美君



宁波海曙普仁医院 泌尿外科专业

健康热线：0574-2785 9999

院址：海曙区解放南路8号（兴宁桥西、天元大厦对面）