

甲状腺疾病 防治179问

JIAZHUANGXIAN JIBING FANGZHI 179 WEN

主编 滕士超

欢迎阅读军医版精品图书
简便实用的预防方法
最新最权威的治疗方案
医学专家为您答疑解惑
一书在手，防治无忧
献给勇于自我管理健康的朋友



人民军医出版社
PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

常见病健康管理答疑丛书

甲状腺疾病防治 179 问

JIAZHUANGXIAN JIBING FANGZHI 179 WEN

主 编 滕士超

副主编 叶丽芳 谢英彪 黄春霞

编 者 (以姓氏笔画为序)

卢 岗 刘晓芬 安晓飞 陈大江
陈泓静 陈素琴 周明飞 郑锦锋
钱玉良 黄志坚 谢英彪 谢萃文
虞丽相



人民军医出版社

PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

北 京

图书在版编目 (CIP) 数据

甲状腺疾病防治 179 问 / 滕士超主编. —北京: 人民军医出版社, 2015.11

(常见病健康管理答疑丛书)

ISBN 978-7-5091-8701-2

I. ①甲… II. ①滕… III. ①甲状腺疾病—防治—问题解答 IV. ①R581-44

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2015) 第 223503 号

策划编辑: 崔晓荣 文字编辑: 王 丽 袁 梦 责任审读: 赵 民

出版发行: 人民军医出版社

经销: 新华书店

通信地址: 北京市100036信箱188分箱

邮编: 100036

质量反馈电话: (010) 51927290; (010) 51927283

邮购电话: (010) 51927252

策划编辑电话: (010) 51927288

网址: www.pmmp.com.cn

印、装: 北京国马印刷厂

开本: 850mm×1168mm 1/32

印张: 7.625 字数: 168千字

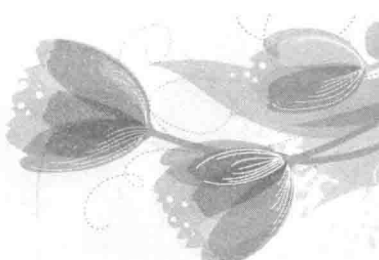
版、印次: 2015年11月第1版第1次印刷

印数: 0001—4500

定价: 25.00元

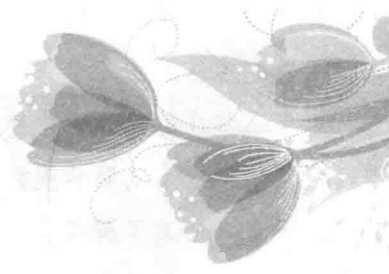
版权所有 侵权必究

购买本社图书, 凡有缺、倒、脱页者, 本社负责调换



内容提要

编者以问答形式详细介绍了甲状腺疾病的病因、临床表现和诊断知识，详尽而通俗地阐述了起居养生、合理饮食、运动健身、心理调适等方面与疾病防治的关系，总结了甲状腺疾病中、西医治疗方法和预防保健知识。本书实用性、指导性强，适合甲状腺疾病患者及家属阅读参考。



前 言

疾病是人体在一定的条件下，受病因损害作用后而发生的异常生命活动过程，使人体的形态或功能发生了一定的变化，正常的生命活动受到限制、破坏，或早或迟地表现出可觉察的症状，这种状态的结局轻者可以是康复或长期残存，严重者甚至会导致死亡。

现代医学对人体的各种生物参数都进行了测量，其数值大体上遵从统计学中的常态分布规律，即可以计算出一个均值和95%健康个体的所在范围，习惯上称之为正常范围，超出这个范围便是“不正常”，疾病便属于不正常范围。但需要说明的是，不正常的范围并不一定就是疾病。比如，一个长期缺乏体力活动的脑力工作者不能适应一般人能够胜任的体力活动，稍有劳累就腰酸背痛，这不一定就是患有疾病，可以看作亚健康状态。

《常见病健康管理答疑丛书》是一套由医学专家集体撰稿的大众科普读物，本书采用一问一答的形式，首先对多种常见病症的病因、临床表现和诊断做了较为详细的介绍，然后尽可能详细而通俗地阐述起居养生、合理饮食、运动健

身、心理调适、护理等方面与疾病防治的关系，重点解读了西医和中医的治疗方法，最后强调了预防保健的重要性，并着重选答在临床诊疗中患者经常询问医生的问题，为读者提供可靠、实用的防治疾病的知识。这套丛书既适用于患者及家属更全面地了解疾病，也可供医护人员向患者介绍病情，解释采取的诊断方法、治疗方案、护理措施和预后判断。

最后，祝愿每位读者珍爱生命，以健康的身体来实现自己的人生目标！也愿这套丛书能成为广大患者及其家属的良师益友。

编 者

2015年2月



目 录

一、认清甲状腺疾病的真面目	1
1. 什么是甲状腺	1
2. 甲状腺位于何处	2
3. 甲状腺的基本结构与功能单位是什么	2
4. 甲状腺是怎样进行血液供应与神经调节的	3
5. 甲状腺是怎样调节人的生理功能的	4
6. 甲状腺激素有哪些	4
7. 甲状腺激素在体内是怎样代谢的	7
8. 甲状腺激素是怎样在体内保持恒定的	9
9. 甲状腺激素是怎样储存与释放的	11
10. 甲状腺激素对代谢有什么影响	12
11. 甲状腺激素对生长发育有什么作用	14
12. 甲状腺激素对神经和心血管系统有什么作用	15
13. 甲状腺激素对心血管系统有什么作用	16
14. 甲状腺激素对血液系统有什么作用	17
15. 甲状腺激素对消化系统有什么作用	19
16. 甲状腺激素对骨骼系统有什么作用	19
17. 甲状腺激素对其他内分泌腺有什么作用	20
18. 什么是甲状腺疾病	21

19. 什么是甲状腺功能亢进症..... 24
20. 甲状腺功能亢进症如何分类..... 25
21. 为什么会发生甲状腺功能亢进症..... 31
22. 甲状腺功能亢进症患者的身体有什么变化..... 33
23. 为什么甲状腺功能亢进症患者要防止
 被误诊为心脏病..... 35
24. 甲状腺功能亢进症患者的皮肤有什么变化..... 35
25. 甲状腺功能亢进症患者为什么容易产生脱毛与白发..... 36
26. 甲状腺功能亢进症患者的指甲有什么变化..... 37
27. 甲状腺功能亢进症患者为什么排便次数增多..... 37
28. 甲状腺功能亢进症患者为什么容易疲劳..... 37
29. 什么是甲状腺毒性肌病..... 38
30. 甲状腺功能亢进症患者有什么精神症状..... 40
31. 甲状腺功能亢进症患者的性腺有什么改变..... 41
32. 老年甲状腺功能亢进症患者有什么特殊表现..... 42
33. 儿童甲状腺功能亢进症患者有什么特殊表现..... 43
34. 甲状腺功能亢进症与甲状腺肿有什么关系..... 43
35. 什么是淡漠型甲状腺功能亢进症..... 46
36. 什么是局限性黏液性水肿..... 47
37. 什么是甲状腺功能亢进性突眼..... 48
38. 什么是甲状腺危象..... 50
39. 甲状腺功能亢进症有哪些并发症..... 54
40. 什么是甲状腺功能亢进性心脏病..... 55
41. 什么是甲状腺功能亢进性肝病..... 57
42. 什么是甲状腺功能亢进性周期性瘫痪..... 58
43. 甲状腺功能亢进症和糖尿病有什么关系..... 60
44. 如何诊断甲状腺功能亢进症..... 62

45. 如何早期发现甲状腺功能亢进症	64
46. 甲状腺功能亢进症的诊断要点有哪些	65
47. 甲状腺功能亢进症应和哪些疾病相鉴别	66
48. 甲状腺功能亢进症的实验室检查有哪些	69
49. 什么是甲状腺功能减退症	72
50. 甲状腺功能减退症如何分类	73
51. 原发性甲状腺功能减退症的病因有哪些	74
52. 不同时期缺碘性甲状腺功能减退症的 原因有什么不同	74
53. 甲状腺功能减退症有什么病理改变	76
54. 甲状腺功能减退症有什么临床表现	76
55. 甲状腺危象有什么临床表现	77
56. 哪些人群易患甲状腺功能减退症	78
57. 甲状腺功能减退症患者应做哪些实验室检查	79
58. 甲状腺功能减退症患者妊娠之前为什么要查 甲状腺功能	79
59. 甲状腺功能减退症应和哪些疾病相鉴别	80
60. 甲状腺功能减退症可能会引发哪些并发症	80
61. 什么是甲状腺炎	81
62. 各类甲状腺炎有什么临床表现	82
63. 如何诊断甲状腺炎	83
64. 什么是亚急性甲状腺炎	84
65. 亚急性甲状腺炎有什么病理变化	85
66. 亚急性甲状腺炎是怎样分期的	86
67. 如何诊断亚急性甲状腺炎	86
68. 亚急性甲状腺炎应做哪些实验室检查	87
69. 亚急性甲状腺炎应和哪些疾病相鉴别	88

70. 什么是甲状腺肿	89
71. 甲状腺肿是怎样分类的	90
72. 哪些因素会引起甲状腺肿	92
73. 甲状腺肿有哪些临床表现	94
74. 如何诊断甲状腺肿	95
75. 甲状腺肿患者应做哪些实验室检查	96
76. 甲状腺肿应和哪些疾病相鉴别	97
77. 什么是甲状腺肿瘤	98
78. 甲状腺肿瘤如何分类	101
79. 甲状腺肿瘤有什么临床表现	101
80. 甲状腺肿瘤患者应做哪些检查	102
81. 甲状腺肿瘤应和哪些疾病相鉴别	103
82. 甲状腺肿瘤患者预后怎样	105

二、起居养生防治甲状腺疾病

83. 甲状腺功能亢进症患者怎样改善生活环境	106
84. 甲状腺功能亢进症患者怎样改善睡眠	107
85. 甲状腺功能亢进症患者为什么不宜吸烟	108
86. 甲状腺功能亢进症患者为什么不宜饮酒	109
87. 甲状腺功能亢进症患者为什么不宜饮浓茶与咖啡	110
88. 甲状腺功能亢进症患者的性生活要注意什么	111
89. 甲状腺功能亢进症患者能正常生育吗	112
90. 甲状腺功能亢进症患者怎样安排旅行	115
91. 甲状腺功能亢进症患者为什么要劳逸结合	117
92. 甲状腺功能亢进症患者对症护理措施有哪些	119
93. 甲状腺功能亢进症患者睡前沐浴有什么注意事项	120
94. 甲状腺功能亢进症患者怎样做空气浴	120

95. 甲状腺功能减退症患者在生活起居中应注意什么·····	122
96. 亚急性甲状腺炎患者要注意什么·····	123
三、合理饮食防治甲状腺疾病·····	124
97. 甲状腺功能亢进症患者为什么要注意饮食·····	124
98. 甲状腺功能亢进症患者怎样进行饮食调养·····	126
99. 甲状腺功能亢进症患者怎样辨证食疗·····	128
100. 甲状腺功能亢进症患者长期用药时怎样安排饮食·····	129
101. 甲状腺功能亢进症患者有什么饮食禁忌·····	130
102. 适合甲状腺功能亢进症患者的茶饮有哪些·····	131
103. 适合甲状腺功能亢进症患者的主食有哪些·····	132
104. 适合甲状腺功能亢进症患者的小吃有哪些·····	133
105. 适合甲状腺功能亢进症患者的菜肴有哪些·····	135
106. 适合甲状腺功能亢进症患者的羹汤有哪些·····	137
107. 甲状腺功能减退症患者怎样合理安排饮食·····	138
108. 甲状腺功能减退症患者能多吃海产品吗·····	140
109. 甲状腺功能减退症患者如何食疗·····	141
110. 甲状腺炎患者怎样进行饮食调养·····	144
111. 甲状腺炎患者怎样食疗·····	144
四、经常运动防治甲状腺疾病·····	146
112. 甲状腺功能亢进症患者怎样散步·····	146
113. 甲状腺功能亢进症患者怎样做颈部保健操·····	147
114. 甲状腺功能亢进症患者怎样做颈病防治操·····	148
115. 甲状腺功能亢进症患者怎样做浴眼保健操·····	149
116. 甲状腺功能亢进症患者怎样做眼病防治操·····	149

117. 甲状腺功能亢进症患者怎样做五脏补泻操.....150
118. 甲状腺功能减退症患者怎样运动保健.....151

五、心理调适防治甲状腺疾病.....153

119. 甲状腺功能亢进症患者为什么要重视心理治疗.....153
120. 个性与甲状腺功能亢进症有什么关系.....154
121. 甲状腺功能亢进症患者怎样采用舍什贝疗法.....155
122. 甲状腺功能亢进症患者怎样采用音乐疗法.....156
123. 怡情养性对甲状腺功能亢进症患者有什么好处.....157
124. 甲状腺功能亢进症患者怎样树立战胜疾病的信心.....158
125. 甲状腺功能亢进症患者怎样采用催眠疗法.....159

六、西医治疗甲状腺疾病.....161

126. 甲状腺功能亢进症怎样治疗.....161
127. 怎样用抑制甲状腺激素生成的药物治疗
 甲状腺功能亢进症.....162
128. 怎样用 β 受体阻滞药治疗甲状腺功能亢进症.....165
129. 怎样用放射性碘治疗甲状腺功能亢进症.....165
130. 怎样手术治疗甲状腺功能亢进症.....166
131. 甲状腺功能亢进症患者的浸润性突眼怎样治疗.....167
132. 甲状腺功能亢进症性心脏病怎样治疗.....168
133. 甲状腺功能亢进症黏液性水肿怎样治疗.....169
134. 甲状腺危象怎样诊治.....169
135. 甲状腺功能亢进眼病怎样诊治.....171
136. 甲状腺功能亢进症患者妊娠了怎么办.....172
137. 甲状腺功能亢进症患者怎样避免药物不良反应.....173
138. 甲状腺功能亢进症的预后如何.....175

139. 甲状腺功能减退症怎样治疗	175
140. 甲状腺炎的治疗原则是什么	178
141. 亚急性甲状腺炎怎样治疗	179
142. 得了甲状腺肿怎么办	180
143. 甲状腺肿瘤怎样治疗	182
七、中医治疗甲状腺疾病	185
144. 中医对甲状腺功能亢进症有什么认识	185
145. 中医对甲状腺功能亢进症怎样分型	187
146. 治疗甲状腺功能亢进症的汤药有哪些	189
147. 怎样用中成药治疗甲状腺功能亢进症	190
148. 甲状腺功能亢进症患者怎样药浴治疗	193
149. 怎样针刺治疗甲状腺功能亢进症	194
150. 怎样用梅花针治疗甲状腺功能亢进症	197
151. 怎样用耳针治疗甲状腺功能亢进症	197
152. 怎样用艾灸治疗甲状腺功能亢进症	198
153. 怎样用磁穴疗法治疗甲状腺功能亢进症	198
154. 怎样刮痧治疗甲状腺功能亢进症	200
155. 甲状腺功能亢进症患者怎样按摩治疗	202
156. 甲状腺功能亢进症患者怎样按摩调养	203
157. 怎样用药枕治疗甲状腺功能亢进症	204
158. 甲状腺功能减退症怎样辨证论治	205
159. 怎样用中成药治疗甲状腺功能减退症	207
160. 亚急性甲状腺炎怎样辨证论治	210
161. 亚急性甲状腺炎怎样用中成药治疗	211
162. 治疗亚急性甲状腺炎的单验方有哪些	212
163. 治疗亚急性甲状腺炎的敷贴方有哪些	212

164. 亚急性甲状腺炎怎样针刺治疗 213
165. 甲状腺肿怎样辨证论治 213
166. 谢英彪教授怎样用三海消瘿丸治疗
单纯性甲状腺肿 215
167. 甲状腺肿患者怎样选用中成药治疗 215
168. 王羲明主任中医师怎样用消瘿软坚汤治疗
甲状腺瘤 216
169. 治疗甲状腺肿瘤的汤药有哪些 217
170. 怎样敷贴治疗甲状腺肿瘤 220

八、预防甲状腺疾病 221

171. 怎样预防甲状腺功能亢进症 221
172. 怎样预防甲状腺危象 222
173. 怎样预防甲状腺功能亢进性心脏病 224
174. 甲状腺功能亢进症患者怎样预防浸润性突眼 224
175. 怎样预防甲状腺功能减退症 225
176. 怎样预防甲状腺功能减退性心脏病 226
177. 怎样预防甲状腺炎 227
178. 怎样预防甲状腺肿 228
179. 怎样预防甲状腺肿瘤 229

一、认清甲状腺疾病的真面目

* 1. 什么是甲状腺

甲状腺因其形状与古代的盾甲相似而得名。甲状腺外覆有纤维囊，称甲状腺被囊，此囊伸入腺组织将腺体分成大小不等的小叶，囊外包有颈深筋膜，在甲状腺侧叶与环状软骨之间常有韧带样的结缔组织相连接，在吞咽时甲状腺可随吞咽动作而上下移动。甲状腺是内分泌系统的一个重要器官，它受到神经刺激后分泌甲状腺激素，作用于人体相应器官而发挥生理作用。成人甲状腺重20~30克，其主要功能是合成、储存并向血液中释放甲状腺激素，同时还分泌降钙素。甲状腺激素可提高机体的物质代谢率，促进机体的生长与发育，影响全身多个系统与器官，其功能受神经与体液的调节。降钙素具有调节钙平衡、影响骨转换等作用。因此，如果甲状腺功能异常，分泌激素过多或不足，都会对机体的物质代谢及生长发育产生很大影响，从而导致某些疾病的发生。

* 2. 甲状腺位于何处

甲状腺是人体最大也是最表浅的内分泌腺，位于颈前正中部位、喉及气管前下方。上端位于甲状软骨中点，下端至第6气管软骨环，有时可达胸骨上窝或胸骨后，整个甲状腺被纤维结缔组织紧密粘贴在甲状软骨与气管软骨环的前面和两侧，腺体前面稍凸出，后内侧略凹陷。甲状腺呈“H”形，由左右两侧叶和连接两侧叶的较狭窄的峡部组成。有些峡部缺如，有些由峡部向上延伸到甲状软骨前的锥状叶。锥状叶偶尔从甲状腺的左叶或右叶伸出，这时锥状叶不一定在正中部位，有可能偏于一侧。甲状腺的大小和形态有较大的差异，右叶往往较左叶稍大，右叶的上极较左叶为高，下极较左叶为低，在甲状腺普遍增生时这种差别较为显著。

* 3. 甲状腺的基本结构与功能单位是什么

甲状腺是由许许多多甲状腺滤泡组成的，甲状腺滤泡是甲状腺的基本结构和功能单位。甲状腺被膜深入腺体内，将腺体分隔成许多小叶，这些结缔组织纤维又伸入小叶之中，缠绕于甲状腺滤泡周围。正是这众多的甲状腺滤泡产生了机体不可缺少的甲状腺激素。甲状腺滤泡大小不一，直径为100~300微米，通常甲状腺中央的滤泡较周围的要小，幼年人较成人小，甲状腺功能亢进者较小。其形态一般呈球形、卵圆形或管形。滤泡腔由单层上皮细胞围成，中央为无开口的滤泡腔，内含粉红色黏液样的胶质，是甲状腺激素的储存场所。

甲状腺滤泡上皮细胞有强大的吸碘能力，碘化物通过碘泵等作用吸收到滤泡上皮细胞内，然后被氧化成为活性的有机

碘，再通过碘化酶和聚合酶等的作用，在甲状腺球蛋白上合成甲状腺激素，最后通过胞溢作用把合成好的甲状腺激素储存在滤泡腔内。当机体需要甲状腺激素时，甲状腺激素可从滤泡腔内通过胞饮作用进入上皮细胞内，在溶酶体的作用下，从甲状腺球蛋白上分离出甲状腺激素并释放到血液循环中，再随血液循环带到全身发挥生理作用。

✿ 4. 甲状腺是怎样进行血液供应与神经调节的

甲状腺是人体血液供应最丰富的器官，每分钟每克组织血流量为4~6毫升，比脑、肾供血量还要多，约为肾血流量的3倍。人体患甲状腺功能亢进症时，通过甲状腺的血流量可增加100倍。甲状腺由左右成对的甲状腺上动脉和甲状腺下动脉供血。甲状腺各动脉间在甲状腺内相互有吻合，而且和食管、喉、气管的血管相吻合，以保证甲状腺得到足够的血液供应。甲状腺静脉大体上与动脉平行，入颈内静脉。最下部的甲状腺静脉入左头臂静脉。甲状腺静脉还和喉、气管及邻近组织的静脉相通。甲状腺淋巴管也极为丰富，开始于小叶内组织的毛细淋巴管，再汇集成较大的淋巴管与血管伴行，入上下颈深淋巴结、气管淋巴结及纵隔和喉前淋巴结。故甲状腺肿瘤可沿淋巴管转移至上述淋巴结。

甲状腺的神经支配来自交感神经和副交感神经。交感神经来自颈上节及星状节，副交感神经由迷走神经发出，两者通过喉上神经分支进入甲状腺，分布于小叶间、滤泡周围和血管周围。这些神经为非分泌神经，其主要功能是调节甲状腺中的血液流量。