

名医护航 / 第二军医大学健康科普系列丛书
总主编 孙颖浩 朱明哲

汇聚军大医学精英 打造医学科普全书 传递前沿健康理念

甲状腺疾病

JIAZHUANGXIAN JIBING

主编 ◎ 石勇铨



第二军医大学出版社
Second Military Medical University Press

名医护航

第二军医大学健康科普系列丛书

总主编 孙颖浩 朱明哲

甲状腺疾病

主 编 石勇铨



第二军医大学出版社
Second Military Medical University Press

内 容 简 介

本书以科普问答的形式向读者介绍了甲状腺的基本知识,甲状腺疾病的分类,甲状腺疾病相关的饮食、孕产期注意事项等,重点阐述了甲状腺疾病的科学诊治方法,尤其是甲状腺相关眼病这一难治性甲状腺疾病的诊治问题,指出了甲状腺疾病常见的误区和预防方法,以帮助患者摆脱误区,避免过度治疗。本书既可为读者提供甲状腺保健知识和就医指导,也可为临床医生提供一定的参考。

图书在版编目 (C I P) 数据

甲状腺疾病/石勇铨主编. —上海:第二军医大学出版社, 2016.9

(名医护航/孙颖浩,朱明哲主编)

ISBN 978-7-5481-1280-8

I. ①甲… II. ①石… 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 (2016) 第225345号

出 版 人 陆小新

责任编辑 王龙妹

策划编辑 陆小新 高敬泉

甲状腺疾病

主 编 石勇铨

第二军医大学出版社出版发行

<http://www.smmup.cn>

上海市翔殷路 800 号 邮政编码: 200433

发行科电话 / 传真: 021-65493093

全国各地新华书店经销

江苏天源印刷厂印刷

开本: 787×1092 1/16 印张: 13.75 字数: 181 千字

2016 年 9 月第 1 版 2016 年 9 月第 1 次印刷

ISBN 978-7-5481-1280-8/R.1998

定价: 42.00 元

第二军医大学健康科普系列丛书

编委会

总主编 孙颖浩 朱明哲

副总主编 王红阳 廖万清 夏照帆

刘斌 贺祥

编委名单 (以姓氏笔画为序)

丁茹	马丽萍	王丹	邓本强
石勇铨	白冲	白玉树	冯睿
毕晓莹	庄建华	刘龙	刘玉环
刘伟志	刘建民	江华	江德胜
李兵	李明	李兆申	吴宗贵
张彤	张火俊	陈世彩	陈岳祥
金志军	郑宏良	居小萍	封颖璐
赵东宝	赵仙先	侯晓军	俞超芹
袁文	徐明娟	高春芳	唐昊
凌昌全	黄勤	黄志刚	梅长林
盛媛	梁春	韩一平	景在平
曾欣	谢渭芬	潘炜华	魏锐利

总主编助理 孙逊 徐正梅 刘厚佳 孙嫒

《甲状腺疾病》

编者名单

主 编 石勇铨

副主编 邹俊杰 陈向芳 郑骄阳

编 者 (以姓氏笔画为序)

石勇铨 叶 菲 汤 玮

孙亮亮 李 拓 邹俊杰

张 贝 陈向芳 陈海燕

郑骄阳 宝 轶 阎 倩

秘 书 孙亮亮

总序

General Preface

随着医学科技的发展和人民生活水平的提高,预防保健、健康管理已成为当代人日常生活关注的热点。

国医大师蒲辅周说过,“无病善防、提高体质;有病驱邪,慎毋伤正”。惟有了解疾病,才能有效地与其作斗争。因此,一套科学可靠、权威专业、贴近需求、易于理解、便于操作的科普保健指导丛书对于广大群众来说,显得十分必要。与此同时,现代医学技术、互联网科技和健康保健产业快速发展,人们获取各类医疗保健知识和讯息的方式更为便捷,渠道更为通畅,信息量空前巨大。特别是近年来,各类养生、保健的知识、食品、药品宣传铺天盖地,相关书籍、网站、微信公众号层出不穷,在丰富健康资讯的同时,也给广大缺乏医疗专业知识背景的群众带来了选择和鉴别上的困惑,甚至某些时候产生了误导,从而影响了正确的健康选择。

为满足广大人民群众对医学科普和保健的需求,我们精选了当前人们普遍关心和发病率较高的常见病、多发病和一些健康问题,内容涵盖了循环、呼吸、消化、泌尿生殖、内分泌、肌肉骨骼、神经系统以及心理健康等,形成了这套“第二军医大学健康科普系列丛书”,以期为广大军民普及医疗保健知识,正确了解相关的疾病和健康问题,有效地选择防治方法和策略提供指导,为推进国人整体健康提供帮助。

为了使本套科普丛书可靠、可读、可用,我们在编写中注意把握住了以下几个方面:一是坚持科学性。书中所有内容均来自于医学专业书籍、期刊和真实的病例、案例,每个观点、论断都有

科学的数据或理论支撑。二是突出权威性。丛书汇集全校数十名长期在临床一线从事医教研工作的国内知名临床医学专家,充分利用学校几十年来形成的临床常见病、多发病防、诊、治方面的特色和优势,科学梳理、系统归纳,科普演绎,编撰成册。三是注重系统性。每种疾病和健康问题的描述均从“因”“防”“治”“养”四个方面加以展开,既保证系统性,又有所侧重,使广大读者知道病因、明确预防,了解治疗,学会保养,全面了解疾病防治策略。四是兼顾新颖性。虽然丛书介绍的均为常见病、多发病,但在具体编写中,注重增加国内外前沿动态和编写者原创性的研究成果和发现,力求将疾病最新的进展介绍给大家。五是提升可读性。在科学、专业、准确的同时,坚持做到语言通俗易懂、编排图文并茂、案例典型深刻,确保整书可读、易读、好读。六是确保实用性。本书坚持科普与保健相结合,做到在了解危险因素的基础上针对性预防,在知道疾病演变的前提下主动性保健,并将日常最简便经济、科学易行的方法介绍给大家,力求增强日常生活实践的可操作性。

中医自古就讲究“治未病”,在自己健康时注重卫生与养生,预防疾病。希望该套丛书能够为大家了解常见疾病、理解健康、学会自我保健提供帮助和指导,为大家的健康保驾护航。同时,该书也可作为医学生和各岗位医务工作者的参考书籍。

医学在发展,理念在更新,丛书内容中难免会存在缺漏与不足,我们恳请广大读者和医学专业人士提出批评、给予意见和建议,以便我们再版时改进和完善。最后,衷心感谢为该套丛书编写付出辛勤劳动的编委会成员、各位编写者、出版社编辑人员和组织协调的各位工作人员!

孙颖浩 毕明哲

前言

Preface

甲状腺在人体各个器官中并不显眼，但是却是人体最大的内分泌器官，也是最重要的内分泌器官之一，其功能关系到人体一生的生长发育和机体代谢，有着牵一发动全身的力量。因此，人们应该重视对甲状腺的保护，注意预防和治疗甲状腺疾病。

近年来调查显示，甲状腺疾病已经成为临床常见的、高发的疾病，尤其是女性患者的患病率更是不断攀升，而且随着整个社会对健康的关注度日益提高，因健康体检而发现有甲状腺异常的情况也时有发生。但是大多数人对甲状腺及其相关疾病的基本知识比较缺乏，使在甲状腺疾病诊疗过程中，不少患者错过了最佳的治疗时机与科学的诊疗方法，导致不良后果。也有部分患者因为不了解此类疾病而引起过度恐慌，要求进行过度检查和治疗，甚至有的患者被不良医疗机构欺骗，导致财产损失和心理受伤，成为不容忽视的严重社会问题。如此种问题，让甲状腺这一原本优雅的“小蝴蝶”尽显病态，患者就此深深地遭受“蝴蝶”的困扰。

有鉴于此，为了帮助非医学人士学习、掌握甲状腺保健、疾病预防和治疗的医学知识，做好甲状腺疾病的诊疗和预防工作，协助医学从业人士做好甲状腺疾病患者的沟通护理工作，我们汇集第二军医大学长征医院内分泌科、第二军医大学甲亢眼病诊治中心的资深专家，总结临床实践中的常见问题及应对策略，并针对此类患者的所思所想，集结成书。

全书以科普问答的形式，用通俗易懂、幽默风趣的语言向读者介绍了甲状腺的基本知识，甲状腺疾病的分类，甲状腺疾病相关的饮食、孕产期注意事项等，重点阐述了甲状腺疾病的科学诊治方法，尤其是甲状腺相关眼病这一难治性甲状腺疾病的诊治。本书还强调了甲状腺疾病常见的误区和预防方法，帮助患者摆脱误区，避免过度治疗。总之，本书的指导性、实用性强，是非医学人士预防和治疗甲状腺疾病的一剂良药，也是医疗工作者与患者沟通的“宝典”。

我们衷心希望这本关于甲状腺疾病的科普书能够给您带来帮助。

编 者

2016年8月

一、甲状腺初步知识 1

1. 形似蝴蝶的优美，犹如盾甲的保护——带你认识甲状腺 1
2. 甲状腺，你还好吗——浅谈甲状腺疾病的分类 3
3. 得了甲状腺疾病会出现哪些症状——如何发现甲状腺
疾病 4
4. 甲状腺疾病有哪些检查手段 5
5. 甲状腺功能报告单上的高高低低 7
6. 医生教你看——甲状腺 B 超报告 9
7. 生活中如何保护甲状腺——X 线与甲状腺 11
8. 甲状腺疾病为何“偏爱”年轻女性 13
9. 我是你们身体里不可替代的一员，请减少对我不必要的
伤害——甲状腺给人类的一封信 15

二、碘、饮食与甲状腺 18

10. 碘与甲状腺，是敌？是友？如果缺碘会造成什么样
的严重后果 18
11. 既然人体不能缺碘，那是不是补充碘越多越好呢 20
12. 日常饮食中哪些食物含碘量高？如何科学地食用
加碘盐呢 23
13. 在日常生活中除了饮食的摄入，还有哪些碘摄入
来源呢 26

14. 甲亢的营养原则是什么? 甲亢治愈后, 还需要忌碘吗 28
15. 甲减患者在日常饮食中需要注意什么呢 30
16. 妊娠和哺乳期妇女不同程度的缺碘有哪些危害? 碘摄入量的标准是多少? 为什么要对这类人群增加碘摄入量呢 31

三、甲状腺功能减退 34

17. 什么是甲减? 甲减有什么不舒服 34
18. 我为什么会得甲减 38
19. 甲减怎么才能诊断? 需要做哪些检查 40
20. 甲减要怎么治疗 44
21. 得了甲减可以怀孕吗 47
22. 我有乏力、水肿的表现, 除了甲减之外, 还会有什么疾病呢 50
23. 甲减可以根治吗? 甲减的药物有副作用吗 53
24. 甲减会像甲亢一样脖子肿大, 眼睛突出 56
25. 饮食有什么需要注意的吗? 怎样才能预防甲减 58

四、甲状腺结节 62

26. 甲状腺结节就是肿瘤吗 62
27. 得了甲状腺结节有什么症状 64
28. 会突然变化的结节——甲状腺囊肿 65
29. 甲状腺结节一般需要做哪些检查 67
30. 哪些情况提示可能是恶性甲状腺结节 69
31. 得了甲状腺结节一定要做手术吗 71
32. 儿童会得甲状腺结节吗? 爸爸妈妈应该怎么处理呢 74
33. 怀孕期间发现自己得了甲状腺结节应该怎么办 74

五、甲状腺肿瘤 77

34. 什么是甲状腺肿瘤 77
35. 甲状腺肿瘤有哪些临床表现 79

36. 甲状腺肿瘤的病因是什么	81
37. 哪些人易患甲状腺肿瘤	84
38. 甲状腺肿瘤有哪些检查方法	85
39. 甲状腺肿瘤一定要手术治疗吗	88
40. 甲状腺肿瘤患者饮食及生活起居方面有什么注意事项	91
41. 甲状腺乳头状癌的预后及如何随访	93
42. 甲状腺滤泡状癌的预后及如何随访	95
43. 甲状腺未分化癌的预后及如何随访	97
六、桥本甲状腺炎	100
44. 什么是桥本甲状腺炎？是怎么发生的	101
45. 桥本甲状腺炎有时出现甲亢，有时变为甲减，这是 怎么回事	103
46. 桥本甲状腺炎如何诊断？需要做哪些检查	104
47. 桥本甲状腺炎患者饮食生活有什么注意事项吗	106
48. 桥本甲状腺炎怎样治疗，是否能治愈	107
49. 患有桥本甲状腺炎能够怀孕吗？发现怀孕后怎么办	108
50. 桥本甲状腺炎与甲状腺结节有什么关系	110
51. 桥本甲状腺炎是否会癌变	111
七、亚急性甲状腺炎	113
52. 什么是亚急性甲状腺炎？为什么会发生亚急性甲状 腺炎	113
53. 亚急性甲状腺炎有哪些症状	115
54. 亚急性甲状腺炎需要做哪些检查	117
55. 亚急性甲状腺炎怎么治疗	119
56. 亚急性甲状腺炎出现甲亢或甲减需要治疗吗	120
57. 亚急性甲状腺炎治愈后会复发吗	121
58. 亚急性甲状腺炎反复复发怎么办	123
59. 亚急性甲状腺炎影响怀孕吗	124

八、甲状腺功能亢进症、Graves 病.....126

- 60. 民间俗称的“大脖子病”：甲亢.....126
- 61. 浅谈甲亢的不同病因，Graves 病是最常见的一种.....129
- 62. 甲亢有哪些临床特点和表现.....133
- 63. 抽血查甲状腺功能及抗体、做甲状腺超声对甲亢的诊断和治疗有什么意义.....136
- 64. 治疗甲亢的药物有哪些.....140
- 65. 甲亢患者服药后出现皮肤瘙痒、白细胞减少和肝功能异常时应如何处理.....144
- 66. 甲亢患者药物治疗期间需要定期复查吗.....147
- 67. 哪些甲亢患者建议做放射性核素 ^{131}I 治疗， ^{131}I 治疗有哪些优缺点.....149
- 68. 手术能彻底根治甲亢吗？甲亢手术治疗后出现肌肉抽搐是怎么回事.....152
- 69. 甲亢能治愈吗？什么时候可以停药？停药后会复发吗.....155
- 70. 甲亢最严重的并发症：甲状腺危象，如何预防及救治.....157
- 71. 老年甲亢患者需警惕甲亢性心脏病.....161
- 72. 得了甲亢在饮食上需要注意什么.....163
- 73. 甲亢患者能带药怀孕吗？怀孕后发现甲亢该如何治疗.....167
- 74. 甲亢患者能做增强 CT、磁共振检查吗.....171

九、甲亢突眼.....174

- 75. 美丽大眼睛的苦恼——甲亢突眼，致盲性眼眶疾病之首.....174
- 76. 无心的误伤——眼眶组织特异性的自身免疫性损伤.....175
- 77. 赤地千里的损害——甲亢突眼患者眼眶组织的广泛病变.....176

78. 令人心烦意乱的改变——甲亢突眼导致患者眼部不适、
外貌受损和视力障碍 177
79. 洞察秋毫肇始之病变——帮助我们早期发现甲亢突眼
病变的那些方法 180
80. 找到可考的证据——能够直观看到眼眶组织病变情况
的无创检查 185
81. 首当其冲的受害者——哪些人容易患甲亢突眼 189
82. 最不愿一脉相承的家族特征——甲亢突眼会遗传吗 190
83. 如何准确评价甲亢突眼病病情的急慢性和严重程度 190
84. 我们能否围魏救赵——甲状腺功能恢复正常后突眼
自然会好吗 192
85. 有没有药到病除的妙方——治疗甲亢突眼的药物有
哪些 193
86. 对症下药，运筹帷幄——哪些甲亢突眼患者可以使
用糖皮质激素治疗？治疗过程中需要监测哪些指标 194
87. 同道相益的选择——放射治疗甲亢突眼的疗效如何？
哪些甲亢突眼患者可以选择放射治疗 196
88. 千钧重负下的破釜沉舟，争取立竿见影的疗效
——手术治疗 198
89. 虽覆能复——甲亢突眼兼具能自愈和会复发的特点，
眼局部保护至关重要 200
90. 见始知终的预见——可以帮助判断甲亢突眼患者远
期预后的客观指标 202

一、甲状腺初步知识

1.

形似蝴蝶的优美，犹如盾甲的保护——带你认识甲状腺

甲状腺是一个位于气管前蝴蝶形的小器官，在颈前区甲状软骨下方、气管的两旁，由左右两侧叶和中央峡部构成，形似优美的蝴蝶，犹如士兵的盾甲。正常的甲状腺很薄，一般从外表看不出，也摸不到。成人甲状腺重约 30 g，外部有被膜所包裹，借助甲状腺韧带悬吊在环状软骨上。当吞咽时，甲状腺可随之上下移动。

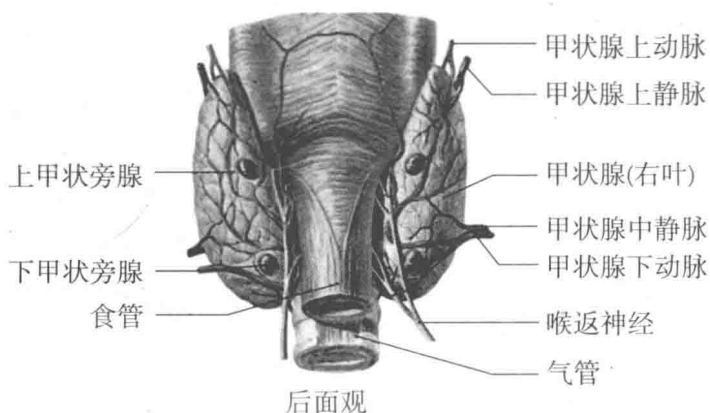
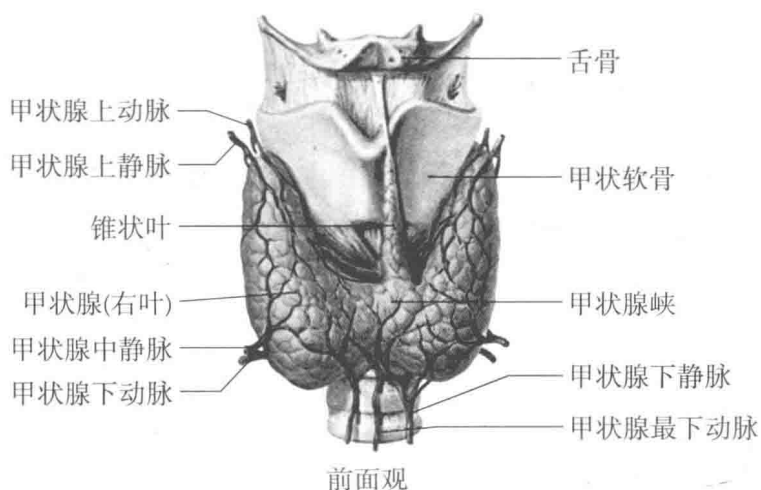


甲状腺旁边的邻居有：喉与气管、咽和食管、甲状旁腺、甲状腺动静脉和各种喉神经等。其中，甲状旁腺分泌甲状旁腺素，调节机体内钙磷代谢，维持血钙平衡。

甲状腺虽小，却是人体最大的内分泌腺体，有合成、贮存和分泌甲状腺激素的功能。甲状腺激素调节机体的基础代谢，并维持机体正常的生长发育，尤其对骨骼和神经系统的发育特别重要，在生长发育过程中发挥着不可替代的作用。

甲状腺激素主要参与人体物质和能量的代谢，作用包括：

- (1) 增加全身细胞的氧消耗和产热。
- (2) 促进蛋白质、脂肪和糖类的分解。



甲状腺和甲状旁腺

(3) 促进人体的生长发育和组织分化。

(4) 调节体内水和电解质的代谢等。

每年的5月25日所在周为“国际甲状腺知识宣传周”又称甲状腺周、甲状腺知识周，是由国际甲状腺联盟（TIF）发起全球范围内的甲状腺健康知识宣传活动。为此推出甲状腺特辑，让您一起来呵护这只美丽的“蝴蝶”。

2.

甲状腺，你还好吗——浅谈甲状腺疾病的分类

2.1 根据甲状腺功能分类

甲状腺疾病根据甲状腺功能情况分为两大类。

(1) 甲状腺功能亢进症（简称甲亢）：是指血中甲状腺激素过多引起的机体高代谢综合征。

(2) 甲状腺功能减退症（简称甲减）：是由于甲状腺激素合成和分泌不足引起的病症。

2.2 根据甲状腺病变性质分类

甲状腺疾病根据病变性质分为四大类。

(1) 单纯性甲状腺肿：包括地方性甲状腺肿、散发性甲状腺肿和高碘性甲状腺肿。

(2) 甲状腺炎：包括急性甲状腺炎、亚急性甲状腺炎、无痛性甲状腺炎、慢性淋巴细胞性甲状腺炎和侵袭性纤维性甲状腺炎。

(3) 甲状腺肿瘤：可分为甲状腺良性肿瘤和恶性肿瘤。良性肿瘤有甲状腺腺瘤、血管瘤、纤维瘤等；恶性肿瘤有乳头状腺癌、滤泡状腺癌、未分化癌、髓样癌、鳞状细胞癌、血管肉瘤和纤维肉瘤等。临床上甲状腺肿瘤往往仅表现为甲状腺结节，因此常把甲状腺肿瘤与甲状腺结节相互混用。实际上结节仅是形态的描述，它包括肿瘤、囊肿、正常组织增生形成的团块及其他疾病所引起的甲状腺肿块。手术发现单个结节者约 80% 为良性肿瘤，20% 为恶性肿瘤。

(4) 甲状腺发育异常：常见的有甲状舌管囊肿或瘻和异位甲状腺。