

资深专家 图解百病

总主编◎魏保生

甲状腺疾病

JIAZHUANGXIAN JIBING

主编 吕晓红

一线专家倾力打造

用最浅显的图表，最权威的声音

科学指导您的饮食起居及预防保健

中国医药科技出版社

甲状腺



资深专家

图解百病

甲状腺疾病

JIA ZHUANG XIAN JI BING

吕晓红 ◎ 主编

中国医药科技出版社

内 容 提 要

《资深专家 图解百病》丛书是由专科医生把关而权威可靠、科普作家润色而趣味横生、专业绘画插图而易看易懂、网络平台互动而增值实惠的一套医学科普图书。

甲状腺疾病的发病逐渐增多，大众对人体最重要的内分泌器官——甲状腺的各种疾病了解的需求越来越高。本书从甲状腺的各种疾病（炎症、肿瘤、功能异常）的认识、误区、病因、临床表现、诊断、鉴别诊断、各种治疗方法以及预防康复对其进行了全面的叙述，要言不烦，通俗易懂。在众多的同类书中，有着可读性强、操作容易和紧跟治疗进展的特点，为一本难得的好书。

图书在版编目（CIP）数据

甲状腺疾病 / 吕晓红主编. —北京：中国医药科技出版社，2014.3

（资深专家图解百病）

ISBN 978-7-5067-6561-9

I. ①甲… II. ①吕… III. ①甲状腺疾病—防治—图解 IV. ①R581.64

中国版本图书馆CIP数据核字（2013）第316992号

美术编辑 陈君杞

版式设计 腾莺图文

出版 中国医药科技出版社

地址 北京市海淀区文慧园北路甲22号

邮编 100082

电话 发行：010-62227427 邮购：010-62236938

网址 www.cmstp.com

规格 850×1168mm^{1/32}

印张 5⁵/₈

字数 115千字

版次 2014年3月第1版

印次 2014年3月第1次印刷

印刷 三河市汇鑫印务有限公司

经销 全国各地新华书店

书号 ISBN978-7-5067-6561-9

定价 19.00元

本社图书如存在印装质量问题请与本社联系调换

前言

人的一生追求的东西太多，事业、权力、地位、金钱、爱情……，但这一切如果没有健康作载体，都成了“浮云”。地位是暂时的，荣誉是过去的，金钱是身外的，唯有健康是自己的！健康是唯一不能被剥夺的财富！没有健康就没有一切！

那么，什么是健康呢？世界卫生组织提出：健康是身体、心理与社会的完美状态，而不仅仅是没有疾病或不虚弱。影响健康、导致疾病的主要危险因素包括以下几个方面：环境（占17%）、遗传（人类的生物因素，占15%）、保健服务（医疗条件，占8%）、行为和生活方式（占60%）。其中，行为和生活方式引起的慢性病占有一半以上的比例。所谓慢性病，是慢性非传染性疾病的简称，是指以生活方式、环境危险因素为主引起的心脑血管疾病、肿瘤、糖尿病、慢性呼吸道疾病等为代表的一组疾病。慢性病的特点有：发病隐匿，潜伏期长；找不到病原体，只有危险

因素；多因素致病，一果多因；一体多病，一因多果；相互关联，共同依存；增长幅度加快，发病年龄呈年轻化（井喷状态）。令人担忧的严峻现实是：

- 吸烟率居高不下
- 80% 以上的人食盐、食油摄入超过推荐标准
- 50% 的人蔬菜、水果摄入不足，体育锻炼比例较低
- 超重者超过 3 亿，肥胖者超过 1 亿
- 高血压病患者超过 2 亿
- 糖尿病患者超过 9000 万
- 高脂血症患者超过 3000 万

面对如此触目惊心的数字，该如何预防慢性病？维护健康靠什么？

靠钱吗？答案是否定的。钱买不来健康，目前国内养生保健市场很大，受健康信息供不应求和法律保障体系不健全的影响，一些伪专家和某些媒体不断推出不科学的养生观：鸡血疗法、卤碱疗法、绿豆疗法、泥鳅疗法……还推出不少所谓的保健品。有些人不惜花重金跟着广告追健康，结果越追越不健康，他们被伪科学忽悠了。

靠医院和医生吗？答案也是否定的。医生、新设备也无法保证你健康。举例来说：以前没有冠状动脉支架，现在市场销售额每年超过 200 亿美金。支架的使用对减少二次心肌梗死的

风险非常有效(80%~90%),但在6个月内有10%~20%再堵上。于是发明了带抗凝药的支架,更加昂贵。有的人安装好多个支架,心脏都快成“铁疙瘩”了,最后也难逃心衰的厄运。

其实,健康的金钥匙就掌握在自己手中,预防慢性病要靠自我健康管理,最好的医生是自己,最好的处方是知识。那么我们这套《资深专家 图解百病》丛书就是为了帮助大家成为自我健康管理的能手。

《资深专家 图解百病》丛书集权威、趣味、科普和实惠于一体。有四大特色:

- 专科医生把关而权威可靠
- 科普作家润色而趣味横生
- 专业绘画插图而易看易懂
- 网络平台互动而增值实惠

具体来讲,本丛书的各个分册从每个疾病的发病情况、如何发生、有什么症状、需要做哪些检查而确定诊断等进行了具体的介绍,并提出了相应的治疗原则、具体策略和预防调养措施,力求读者能够彻底了解疾病,知道如何确定自己是否患有该种疾病、如何选择正确的治疗方法、怎样调节饮食、合理运动、日常生活注意事项和心理调整,从而活出健康、活出精彩。

本丛书的内容较为全面、细致,既有理论的阐述,又有具体方法的介绍,并引用新的、权威的观点及数据;形式方面,书中文、

图、表并茂，方便读者阅读理解。具有科学性、实用性、通俗性和新颖性，是一套难得的保健科普图书。

为更好地为大家服务，请您提出宝贵建议或咨询。我们的腾讯QQ号：512560243；腾讯微信号：18610734968；新浪博客和微博：<http://blog.sina.com.cn/mekangbbs>。

编者

2014年2月

- 1 甲状腺是人体内分泌系统的一部分 (2)
- 2 激素“指挥”你过一天 (3)
- 3 甲状腺如蝴蝶状位于颈部正中 (5)
- 4 甲状腺素来自甲状腺的上皮细胞 (6)
- 5 甲状腺激素有两种形式 (7)
- 6 甲状腺素合成的原料为碘和酪氨酸 (8)
- 7 只有 1% 游离型的甲状腺激素发挥功能 (10)
- 8 甲状腺激素促进物质代谢、能量代谢及生长发育 (10)
- 9 甲状腺受到两级“司令部”和产物的双向调节 (15)
- 10 缺碘导致甲状腺肿大 (17)
- 11 甲状腺疾病的分类 (18)
- 12 甲状腺炎是一类累及甲状腺的异质性疾病 (18)
- 13 老年人甲状腺疾病容易被忽视 (20)
- 14 控制好激素水平，不影响女性怀孕 (20)
- 15 自身免疫性疾病往往会“结伴而来” (21)
- 16 青春期甲状腺肿大也许只是“虚惊一场” (22)
- 17 体重的变化可以提示甲状腺功能的异常 (22)

- 18 测量脉搏数可以知晓甲状腺功能状态 (23)
- 19 判断甲状腺功能必须知道的英文简称 (23)
- 20 容易误诊的甲状腺疾病 (25)

第二章

警惕甲状腺肿块

——甲状腺结节的诊治原则

- 1 甲状腺结节发生率远比你想象的高 (28)
- 2 甲状腺结节的病因与分类 (28)
- 3 甲状腺结节的诊断方法 (29)
- 4 甲状腺结节诊断思路 (35)
- 5 甲状腺结节诊断的关键是区分良恶性 (38)
- 6 甲状腺血清学指标 (38)
- 7 甲状腺结节的基本治疗措施 (39)

第三章

压制亢奋的甲状腺

——甲状腺功能亢进症的诊治与调养

- 1 什么是甲状腺功能亢进症 (41)
- 2 为什么会得甲亢 (42)
- 3 甲亢的危害 (43)
- 4 Graves 病的临床表现 (44)
- 5 甲亢的特殊类型的临床表现 (50)
- 6 甲亢的检查 (53)
- 7 容易与甲亢混淆的五种疾病 (56)

- 8 教你看懂甲状腺检查报告 (57)
- 9 甲亢的治疗原则 (59)
- 10 甲状腺危象的处理 (63)
- 11 浸润型突眼的防治 (65)
- 12 甲亢性心脏病的治疗 (66)
- 13 毒性甲状腺腺瘤 (66)
- 14 毒性多结节性甲状腺肿 (67)
- 15 妊娠期甲亢的治疗 (67)
- 16 甲亢术前准备五要素 (70)
- 17 甲亢药物治疗分三期 (71)
- 18 药物治甲亢何时能停药 (72)
- 19 甲亢用药最易陷这些误区 (73)
- 20 甲状腺疾病的预防原则 (75)
- 21 甲亢的饮食调养原则 (75)
- 22 ¹³¹I 治疗甲亢之后的注意事项 (77)
- 23 甲亢患者怀孕后注意的问题 (78)
- 24 甲亢患者养生指南 (79)
- 25 警惕孩子患甲亢会影响智力 (82)
- 26 中医饮食治疗甲亢的方法 (84)
- 27 别把甲亢当做更年期 (85)
- 28 甲亢患者照顾好你的心脏 (86)
- 29 月经不调或是甲亢登门 (88)
- 30 当心“瘦身”危及甲状腺 (88)
- 31 压力大是患甲亢的导火线 (88)
- 32 甲亢患者切记要少看电视 (89)
- 33 加重甲亢的食物 (90)
- 34 糖尿病甲亢合伙欺负人 (91)

第四章

扶植衰弱的甲状腺

——甲状腺功能减退症的诊治与调养

- 1 什么是甲状腺功能减退症 (95)
- 2 甲状腺功能减退症有多种分类方法 (95)
- 3 甲状腺功能减退症是如何发生的 (96)
- 4 甲状腺功能减退症的临床表现主要是各种“低下” (96)
- 5 甲状腺功能减退症的实验室检查 (99)
- 6 甲状腺功能减退症的诊断与鉴别诊断 (100)
- 7 左甲状腺素(L-T₄)治疗 (101)
- 8 亚临床甲减的处理 (102)
- 9 黏液水肿性昏迷的治疗 (102)
- 10 准妈妈的甲减会遗传给孩子吗 (103)
- 11 甲减是女性健康隐形杀手 (103)
- 12 “甲减”来犯 就像春困 (104)
- 13 成人甲减的饮食疗法 (106)
- 14 警惕先天性甲状腺功能低下 (107)
- 15 甲减伴精神障碍的预防 (107)
- 16 “甲减”预防总动员 (108)
- 17 甲减患者的药膳 (110)

第五章

“炎”去病自消

——甲状腺炎的诊治与调养

- 1 慢性自身免疫性甲状腺炎是一种“误伤自己”的
甲状腺炎 (114)

- 2 慢性自身免疫性甲状腺炎的病因 (115)
- 3 慢性自身免疫性甲状腺炎的临床表现 (116)
- 4 慢性自身免疫性甲状腺炎的检查 (116)
- 5 慢性自身免疫性甲状腺炎的诊断 (117)
- 6 慢性自身免疫性甲状腺炎的鉴别诊断 (118)
- 7 慢性自身免疫性甲状腺炎的治疗 (119)
- 8 慢性自身免疫性甲状腺炎的预后 (120)
- 9 慢性自身免疫性甲状腺炎的预防 (120)
- 10 产后甲状腺炎 (简称 PPT) (121)
- 11 无痛性甲状腺炎 (123)
- 12 亚急性甲状腺炎是短暂疼痛的破坏性甲状腺损伤
..... (124)
- 13 亚急性甲状腺炎的病因 (125)
- 14 亚急性甲状腺炎的临床表现 (125)
- 15 亚急性甲状腺炎的实验室检查 (126)
- 16 亚急性甲状腺炎的诊断 (127)
- 17 亚急性甲状腺炎的鉴别诊断 (127)
- 18 亚急性甲状腺炎的治疗 (129)
- 19 亚急性甲状腺炎的预防 (130)

第六章

消除肿大的甲状腺 ——单纯甲状腺肿的诊治与调养

- 1 单纯性甲状腺肿分两种 (132)
- 2 单纯性甲状腺肿多见于女性 (132)
- 3 单纯性甲状腺肿的三大原因 (133)

- 4 单纯性甲状腺肿的新认识 (133)
- 5 单纯甲状腺肿分三度 (133)
- 6 尿碘反映碘的代谢情况 (134)
- 7 单纯甲状腺肿的实验室检查 (134)
- 8 单纯甲状腺肿的诊断 (136)
- 9 单纯甲状腺肿的治疗 (136)
- 10 单纯甲状腺肿的预防要分清是高碘还是低碘 (137)

第七章

甲状腺恶性肿瘤

——甲状腺癌的诊治与调养

- 1 甲状腺癌多见于中年女性 (140)
- 2 甲状腺癌的病因 (140)
- 3 甲状腺癌分四种类型 (140)
- 4 甲状腺癌的扩散与转移 (141)
- 5 甲状腺癌的临床表现 (141)
- 6 发现甲状腺癌的“蛛丝马迹” (142)
- 7 穿刺细胞学检查和病理活检可以确诊甲状腺癌 (142)
- 8 甲状腺癌的影像学检查 (142)
- 9 甲状腺癌的鉴别诊断 (144)
- 10 甲状腺癌的治疗方法 (145)
- 11 甲状腺癌的预防 (146)
- 12 甲状腺癌的自查 (147)
- 13 颈部有不痛肿块是甲状腺癌的信号 (148)
- 14 如何发现甲状腺癌 (149)
- 15 甲状腺癌预后好 (150)

- 16 甲状腺癌的饮食宜忌 (150)
- 17 甲状腺癌心理调护 (151)
- 18 运动,也是癌症患者的“生命” (156)
- 19 甲状腺癌患者该如何复查 (157)
- 20 水产品也能抗甲状腺癌 (158)
- 21 防癌可以吃这些果蔬 (158)
- 22 甲状腺癌的中医药治疗 (161)

小腺体大作用
——甲状腺疾病导读

第一章

1 甲状腺是人体内分泌系统的一部分

内分泌系统是由内分泌腺、内分泌组织和分散存在于某些组织器官中的内分泌细胞组成的一个体内信息传递系统，它与神经系统密切联系，相互配合，共同调节各种功能活动，维持内环境的相对稳定。

人体主要的内分泌腺有垂体、甲状腺、甲状旁腺、肾上腺、性腺；分散在组织器官中的内分泌细胞比较广泛，如消化道黏膜、心、肾、肺、皮肤、胎盘等部位；此外，在中枢神经系统内，特别是下丘脑存在兼有内分泌功能的神经细胞。

由内分泌腺或散在的内分泌细胞所分泌的高效能的生物活性物质，经组织液或血液传递而发挥其调节作用，此种化学物质称激素。

激素的作用广泛而复杂 归纳起来主要有以下作用	调节物质代谢，维持内环境稳定， 为生理活动提供能量
	促进细胞分裂和分化，维持机体 正常发育、生长，并影响生长过程
	促进生殖器官发育与成熟，调节 生殖过程
	影响中枢神经和自主神经的发育 及活动，与学习、记忆和行为有关
	与神经系统密切配合，增强机体 适应环境变化的能力

激素在内分泌细胞内合成后，以胞吐方式出胞，称为激素的分泌或释放。正常情况下，内分泌腺都保持着一定的分泌活动，称为基础分泌。人体在与自然环境和社会环境的长期适应过程中，使许多激素的基础分泌表现为日、月、年周期性活动，这种周期性活动对于维持人体一些基本功能活动和内环境稳定，起着十分重要的作用。当内外环境因素改变时，激素的分泌活动，在基础分泌的基础上可加强或减弱，使激素的分泌量增加或减少，从而使靶细胞、靶器官的活动与内外环境的变化相适应。激素分泌随内外环境因素的变化而改变，主要是通过神经调节完成的；而体内激素水平维持相对稳定，则主要是通过反馈调节实现的。

反馈调节是激素分泌调节的一种普遍规律，其中主要为负反馈调节。一般来说，当血液中某种激素的含量超过一定的水平或受其控制的某种物质在血液中超过一定浓度时，通过负反馈调节可抑制这一内分泌腺的活动，使其激素的合成和分泌减少；反之当该激素或受激素控制的物质在血液中的浓度低于某一水平时，则负反馈作用降低，该激素的分泌就增加。

人生活在社会环境之中，无数的社会、心理因素均可作为刺激作用于人体，影响激素的分泌。例如，少数妇女可因紧张、焦虑，出现月经失调或闭经，即可能是社会心理因素通过下丘脑干扰了性腺激素的释放所造成的。

2 激素“指挥”你过一天

不论男女，所有激素在一天当中都有周期性变化。南非《男性健康》杂志建议人们日常生活顺应激素的变化，从而获得健康。

早上6:00 睡眠相当于几小时的饥饿状态。为了保存能量，人体内促进消化的瘦素和胰岛素水平会下降。