



名医出诊

# 甲亢

## 自我诊疗与全面调养

〔日〕伊藤公一 著 褚福海 译





# 甲亢

## 自我诊疗与全面调养

【日】伊藤浩一 著 杨晓燕 译



中国医药出版社

**+** 名医出诊

〔日〕伊藤公一 著 褚福海 译



**自我诊疗与全面调养**

南海出版公司

2009 · 海口

## 图书在版编目(CIP)数据

甲亢自我诊疗与全面调养 / [日] 伊藤公一著; 褚福海译. — 海口: 南海出版公司, 2009.8

(名医出诊)

ISBN 978-7-5442-4532-6

I. 甲… II. ①伊…②褚… III. 甲状腺机能亢进—诊疗  
IV. R581.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2009) 第 145406 号

著作权合同登记号 图字: 30-2007-032

SENMONI-I GA KOTAERU Q & A BASEDOU BYOU

© KOICHI ITO 2005

Originally published in Japan in 2005 by SHUFUNOTOMO CO., LTD.

Chinese translation rights arranged through DAIKOUSHA INC., KAWAGOE.

ALL RIGHTS RESERVED.

JIAKANG ZIWO ZHENLIAO YU QUANMIAN TIAOYANG

甲亢自我诊疗与全面调养

---

|      |                                                                      |
|------|----------------------------------------------------------------------|
| 作 者  | [日] 伊藤公一                                                             |
| 译 者  | 褚福海                                                                  |
| 责任编辑 | 崔莲花                                                                  |
| 特邀编辑 | 侯明明                                                                  |
| 丛书策划 | 新经典文化 <a href="http://www.readinglife.com">www.readinglife.com</a>   |
| 装帧设计 | 新经典工作室·崔振江                                                           |
| 内文制作 | 李艳芝                                                                  |
| 出版发行 | 南海出版公司 电话 (0898) 66568511                                            |
| 社 址  | 海口市海秀中路 51 号星华大厦五楼 邮编 570206                                         |
| 电子邮箱 | <a href="mailto:nanhaicbgs@yahoo.com.cn">nanhaicbgs@yahoo.com.cn</a> |
| 经 销  | 新华书店                                                                 |
| 印 刷  | 三河市三佳印刷装订有限公司                                                        |
| 开 本  | 710 毫米 × 930 毫米 1/16                                                 |
| 印 张  | 10.75                                                                |
| 字 数  | 120 千                                                                |
| 版 次  | 2009 年 10 月第 1 版 2009 年 10 月第 1 次印刷                                  |
| 印 数  | 1-10000                                                              |
| 书 号  | ISBN 978-7-5442-4532-6                                               |
| 定 价  | 25.00 元                                                              |

---

南海版图书 版权所有 盗版必究

# 前 言

甲状腺疾病中，有甲状腺机能亢进症、桥本氏病、乳头状癌等很多种。甲状腺机能亢进症简称甲亢，是一种十分常见的内分泌疾病，按病因不同可分为多种类型，其中最多见的就是突眼性甲状腺肿，约占全部甲亢疾病的90%。被诊断为突眼性甲状腺肿的患者，大多会感到非常不安，担心终生不能治愈，或者担心自己不能恢复正常的生活。

因此，本书以甲状腺机能亢进症中最常见的突眼性甲状腺肿为例，用图表和注解详细讲解突眼性甲状腺肿的症状、检查、诊断及治疗方法等，希望患者对甲状腺疾病能够有正确的理解。

另外，为了尽可能地回答患者的各种疑问，解除患者的不安及烦恼，书中加入了问与答部分，希望读者能够有效利用。

甲亢并不是致命的严重疾病。患者只要好好治疗，就可以恢复患病以前的正常生活，并且女性在治疗期间是可以怀孕和分娩的。

如果通过本书您能够正确地理解甲亢——哪怕只能打消您一点点不安，并促使您积极地接受治疗，那么对我来说，就是最高兴的事情了。

## 第 1 章 甲状腺的功能

|                   |   |
|-------------------|---|
| 了解甲状腺 .....       | 3 |
| 甲状腺的位置和大小 / 3     |   |
| 甲状腺是分泌激素的器官 / 5   |   |
| 甲状腺的摄碘功能 / 5      |   |
| 把储藏的碘转化为甲状腺激素 / 5 |   |
| 甲状腺激素有什么功能 .....  | 7 |
| 甲状腺激素是“健康之源” / 7  |   |
| 两种甲状腺激素 / 9       |   |

## 第 2 章 了解甲亢

|                          |    |
|--------------------------|----|
| 甲状腺疾病的几种类型 .....         | 15 |
| 甲状腺疾病大体上有 3 种类型 / 15     |    |
| 甲状腺功能异常 / 15             |    |
| 甲状腺肿瘤 / 16               |    |
| 甲状腺炎 / 17                |    |
| 大多数甲状腺疾病是自身免疫性疾病 / 19    |    |
| 突眼性甲状腺肿是何时发现的 .....      | 21 |
| 突眼性甲状腺肿是由巴塞杜医生首先发现的 / 21 |    |
| 甲状腺疾病的患者人数 / 22          |    |
| 甲状腺疾病中最常见的是突眼性甲状腺肿 / 24  |    |
| 并非只有女性才患突眼性甲状腺肿 / 25     |    |

突眼性甲状腺肿和遗传的关系 / 26

## 第3章 甲亢的症状

突眼性甲状腺肿的症状 ..... 31

突眼性甲状腺肿的病因 / 31

突眼性甲状腺肿的代表性症状 / 31

症状一：甲状腺肿大 ..... 33

最常见的症状是甲状腺肿大 / 33

其他疾病引起的甲状腺肿大 / 34

甲状腺肿大问与答 ..... 35

症状二：眼球突出 ..... 41

眼球突出问与答 ..... 44

症状三：心悸等其他症状 ..... 49

心悸 / 49

体重下降、腹泻、口干 / 49

头晕、怕热、多汗 / 50

疲劳、体力下降 / 50

学习障碍、注意力下降等 / 51

月经异常 / 51

手抖、四肢麻痹 / 51

脱发、白斑、指尖变形等 / 52

突眼性甲状腺肿的全身症状问与答 ..... 54

## 第4章 甲亢的检查和诊断

在检查阶段就要选择信誉好的医院 ..... 63

甲状腺疾病应该去什么科室就诊 / 63

|                         |    |
|-------------------------|----|
| 选择医院的小技巧 / 64           |    |
| <b>检查的流程</b> .....      | 65 |
| 问诊 / 65                 |    |
| 触诊 / 66                 |    |
| <b>血液检查</b> .....       | 69 |
| 一般的血液检查 / 69            |    |
| 甲状腺激素的检查 / 69           |    |
| 免疫学检查 / 71              |    |
| <b>其他检查</b> .....       | 75 |
| 放射性核素检查 / 75            |    |
| 甲状腺超声检查 / 77            |    |
| 超声引导下的甲状腺细针穿刺细胞学检查 / 78 |    |
| 彩色多普勒超声检查 / 79          |    |
| <b>甲状腺检查问与答</b> .....   | 81 |

## 第5章 甲亢的治疗

|                        |    |
|------------------------|----|
| <b>3种治疗方法</b> .....    | 89 |
| <b>药物治疗</b> .....      | 91 |
| 药物治疗 / 91              |    |
| 药物的副作用 / 93            |    |
| 适合药物治疗的患者 / 94         |    |
| <b>附：药物治疗的体验</b> ..... | 96 |
| <b>放射性核素治疗</b> .....   | 98 |
| 利用放射性核素进行治疗 / 98       |    |
| 放射性核素的副作用 / 99         |    |
| 适合使用放射性核素治疗的患者 / 99    |    |

|                                  |     |
|----------------------------------|-----|
| 进行放射性核素治疗时禁服的药物 / 100            |     |
| <b>手术治疗</b> .....                | 102 |
| 通过手术进行治疗 / 102                   |     |
| 适合手术治疗的患者 / 103                  |     |
| 手术的并发症 / 103                     |     |
| <b>附：药物治疗及手术治疗的体验</b> .....      | 104 |
| <b>突眼性甲状腺肿 3 种治疗方法的优缺点</b> ..... | 107 |
| <b>突眼性甲状腺肿突眼症的治疗</b> .....       | 108 |
| 应该到甲状腺专科医院的眼科去治疗 / 108           |     |
| 眼球突出和吸烟的关系 / 108                 |     |
| 3 种治疗方法 / 109                    |     |
| <b>突眼性甲状腺肿的治疗问与答</b> .....       | 111 |

## 第 6 章 生育与甲亢

|                            |     |
|----------------------------|-----|
| <b>突眼性甲状腺肿与妊娠</b> .....    | 123 |
| 接受突眼性甲状腺肿治疗的同时也可以怀孕 / 123  |     |
| 女性患者在怀孕前和怀孕初期的治疗 / 124     |     |
| 怀孕中期到分娩之前的突眼性甲状腺肿治疗 / 126  |     |
| <b>新生儿突眼性甲状腺肿</b> .....    | 128 |
| 关于新生儿突眼性甲状腺肿 / 128         |     |
| 小儿突眼性甲状腺肿的注意事项及治疗 / 129    |     |
| <b>生育与突眼性甲状腺肿问与答</b> ..... | 130 |

## 第 7 章 日常生活中需要注意的事项

|                     |     |
|---------------------|-----|
| <b>生活要有规律</b> ..... | 137 |
|---------------------|-----|

|                          |            |
|--------------------------|------------|
| 早上不得安生的疾病 / 137          |            |
| 提高睡眠质量的方法 / 138          |            |
| <b>饮食注意事项 .....</b>      | <b>141</b> |
| 一日三餐要按时 / 141            |            |
| 注意不要暴饮暴食 / 142           |            |
| <b>减少运动和旅行 .....</b>     | <b>143</b> |
| 最好不要勉强自己去工作或运动 / 143     |            |
| 采用药物治疗后的日常注意事项 / 144     |            |
| 采用手术治疗后的日常注意事项 / 145     |            |
| <b>可以到海外旅行吗 .....</b>    | <b>147</b> |
| 时差和药物的服用 / 147           |            |
| 长时间的海外旅行 / 147           |            |
| <b>缓解精神压力 .....</b>      | <b>149</b> |
| 积极地治疗疾病 / 149            |            |
| 精神压力是治疗的大敌 / 149         |            |
| 可怕的甲状腺危象 / 149           |            |
| 精神压力和眼球突出的关系 / 150       |            |
| 缓解精神压力的方法 / 150          |            |
| <b>按时服用药物和定期检查 .....</b> | <b>151</b> |
| 不要忘记服药 / 151             |            |
| 坚持服用药物直到主治医生允许停药为止 / 151 |            |
| 去医院看病时不要嫌麻烦 / 152        |            |
| <b>日常生活问与答 .....</b>     | <b>153</b> |

第

1

章

## 甲状腺的功能

有不少被诊断为甲状腺疾病的患者由于不了解甲状腺而感到不安,不知道该如何应对这种疾病。

所以,本书从甲状腺在什么部位、发挥什么作用等问题开始讲解,相信患者能够更加积极地治疗这种疾病。



## 了解甲状腺

可能有很多人知道喉结和气管等器官，但是他们并不知道甲状腺在什么部位、是什么样的器官。那么现在请把手放在喉结正下方。

### 甲状腺的位置和大小

用两根手指轻按紧挨喉结的部位——甲状腺大体上就在这里。

甲状腺长约4厘米、宽约2~3厘米、重约14~18克，形状如同张开着蝴蝶翅膀。它的左翼部分被称为左叶，右翼部分被称为右叶。

#### 相关链接

#### ○发现甲状腺肿大的方法

突眼性甲状腺肿和桥本氏病表现为整个甲状腺都肿大，这种症状被称为弥漫性甲状腺肿。在发病初期，有很多人只是感觉到整个颈部变粗了。如果想自己做出进一步的诊断，可以把手放到喉结的下面，看一看吞咽时甲状腺是否随喉结一起动，如果一起动则有可能患上了突眼性甲状腺肿或桥本氏病。

#### ○关于甲状腺肿大的分类

甲状腺肿大除了有甲状腺均匀肿大的弥漫性甲状腺肿之外，还有甲状腺部分肿大、产生硬结的结节性甲状腺肿。

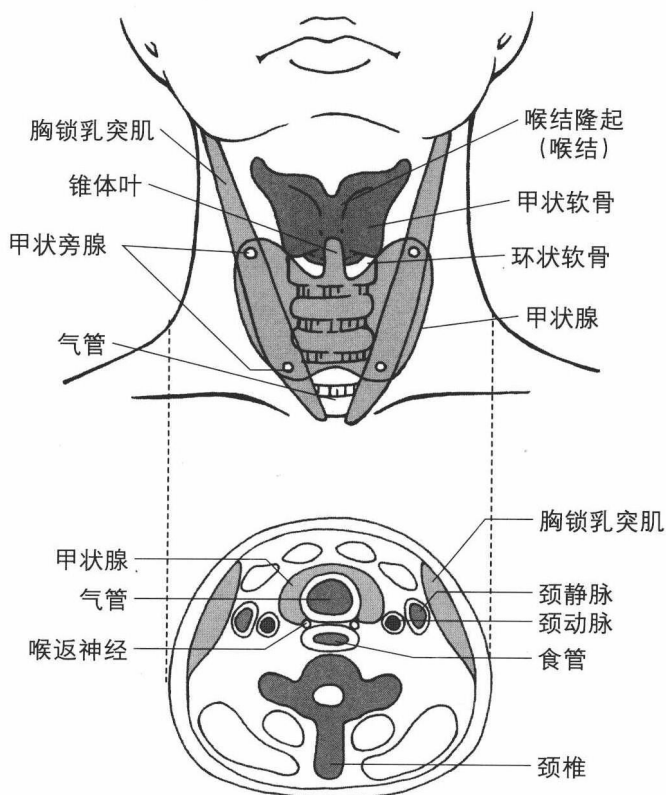
结节性甲状腺肿的病因包括良性肿瘤和恶性肿瘤。良性肿瘤包括甲状腺腺瘤等，恶性肿瘤包括甲状腺癌和恶性淋巴瘤等。

甲状腺腺瘤有时会出现两个以上的硬结节。如果出现了很多硬结节，看上去就会像整个甲状腺肿起来一样。如果是甲状腺囊肿，摸上去比较柔软，触压时有囊性感。

甲状腺紧紧包住并贴在其正后方的气管上。它薄而柔软，并且被肌肉覆盖，因此在正常的情况下，用手指触摸喉结正下方并不会感觉到甲状腺的存在。但是，如果甲状腺出现异常，哪怕是轻微肿大，手指就可以感觉到，因此，如果用手指摸出了甲状腺的轮廓，就可以断定甲状腺出现了异常。

当甲状腺出现异常时，肿大程度是因人而异的，有的患者只要一眼就能看出。但是，甲状腺的肿大程度和甲状腺疾病的严重程度并不成正比。

### 甲状腺的位置



## 甲状腺是分泌激素的器官

所谓内分泌器官，是指具有向血液内分泌激素功能的器官。甲状腺就是一种内分泌器官，它主要以食物中的碘为原料合成并分泌甲状腺激素，其分泌量是由身体的需求量调节的，如果合成的激素超过人体的需求，则被储藏在甲状腺中。

内分泌器官还包括脑垂体、甲状旁腺、肾上腺等，但最大的内分泌器官是甲状腺。

## 甲状腺的摄碘功能

碘是一种微量营养素，富含于海带、裙带菜等海藻类植物中。

人们通过食物摄取的碘，经肠吸收后进入血液，流经全身，然后被甲状腺所吸收。

四周环海的国家，有很多富含碘的食物，因此只要饮食正常，一般不会出现由于碘摄入量不足而引起的甲状腺异常。不过，世界上很多地区都缺乏富含碘的食物，全球有数亿人处于慢性碘缺乏的状态。

## 把储藏的碘转化为甲状腺激素

甲状腺滤泡是由若干圆形细胞黏合在一起、形状像排球的集合体，

### 相关链接

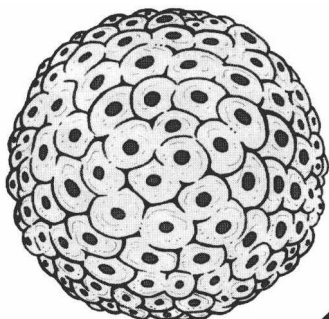
#### ○ 日本是碘生产大国

海水中富含碘，日本四周环海，因此日本人在日常饮食中就能够摄取到足够的碘。但是，从世界范围来看，159个国家中碘缺乏的国家就达84个，缺碘人口约占世界人口的一半。

很多国家使用碘盐，将碘加入食盐中，以防止碘缺乏症。

而多个滤泡聚合在一起，就形成了甲状腺。碘就是被运送到这种滤泡的细胞中贮存起来的。

碘被滤泡细胞摄取并浓缩，在酶和过氧化氢的作用下，与一种叫做谷氨酰胺转移酶的蛋白质相结合，产生甲状腺激素。甲状腺激素被储存在滤泡细胞内部的滤泡腔内。储存在滤泡腔内的甲状腺激素一般足够人体使用两个月。当人体需要时，甲状腺激素就会被释放入血液中。



### 甲状腺滤泡的构造

甲状腺是由甲状腺滤泡细胞聚合而成的。滤泡细胞利用毛细血管网吸收碘，合成甲状腺激素，并将其储存在处于甲状腺滤泡中心位置的滤泡腔中。



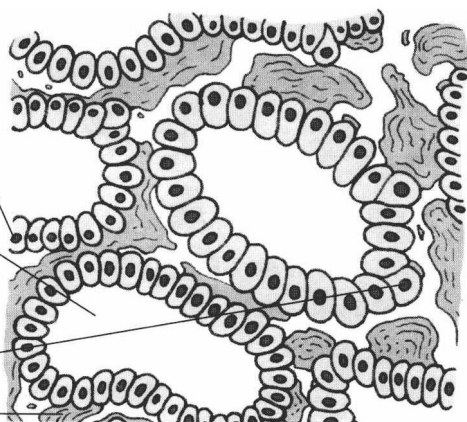
### 甲状腺滤泡的截面结构

甲状腺滤泡细胞  
(合成并分泌甲状腺激素)

甲状腺滤泡腔

滤泡旁细胞 (分泌降钙素)

毛细血管



## 甲状腺激素有什么功能

### 甲状腺激素是“健康之源”

一提到激素，首先在人们大脑中浮现的就是雌性激素和雄性激素。但是，甲状腺激素和这些激素发挥着完全不同的作用。用一句话来概括，甲状腺激素是人体的“健康之源”。

它的主要作用是促进蛋白质的合成，促进新陈代谢。如果血液中的甲状腺激素浓度高，新陈代谢就处于旺盛的状态。甲状腺激素促使细胞不断摄取碳水化合物、脂肪、蛋白质等物质，并在体内不断代谢，最终

#### 相关链接

##### ○ 关于激素

激素是由古希腊语中的“刺激”一词转变而来的。

人体内的激素有脑垂体激素、甲状腺激素、甲状旁腺素、胰岛素、肾上腺皮质激素等，如果再加上类激素物质，共有100多种。

无论哪种激素，含量都不高，但都有特殊的生理功能。

##### ○ 激素是何时被发现的

激素是在1902年由英国生物学家贝利斯和斯塔林发现的。他们把小肠黏膜产生的、通过血液循环被运送到胰腺、促进胰液分泌的物质命名为促胰液素。

几乎与此同时，同样是英国生物学家的艾约瑟也发现了胃泌素。胃泌素是刺激胃酸分泌的物质。

在此之前，人们认为人体全部是由神经支配的，但是促胰液素和胃泌素的发现使激素这一全新概念由此诞生。