

上海市医学会
上海市医学会内分泌专科分会 组编



甲状腺疾病不再难

上海科学技术出版社

甲状腺疾病 那些事

上海市医学会
上海市医学会内分泌专科分会
组编



上海市医学会
百年纪念科普丛书
1917—2017

上海科学技术出版社

图书在版编目(CIP)数据

甲状腺疾病那些事 / 上海市医学会, 上海市医学会
内分泌专科分会组编. —上海: 上海科学技术出版社,
2018. 3

(上海市医学会百年纪念科普丛书)

ISBN 978 - 7 - 5478 - 3900 - 3

I. ①甲… II. ①上…②上… III. ①甲状腺疾病—
防治 IV. ①R581

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2018)第 023942 号

甲状腺疾病那些事

上海市医学会

上海市医学会内分泌专科分会

组编

上海世纪出版(集团)有限公司 出版、发行
上海科学技术出版社

(上海钦州南路 71 号 邮政编码 200235 www.sstp.cn)

苏州望电印刷有限公司印刷

开本 720×1000 1/16 印张 7.5

字数: 101 千

2018 年 3 月第 1 版 2018 年 3 月第 1 次印刷

ISBN 978 - 7 - 5478 - 3900 - 3/R · 1562

定价: 30.00 元

本书如有缺页、错装或损坏等严重质量问题, 请向工厂联系调换

内容提要

本书分“读经典”“问名医”两大部分,由上海市医学会内分泌专科分会的专家们,围绕碘在甲状腺功能与甲状腺疾病中的作用及甲状腺疾病的流行现状、早期发现与早期治疗、诊治进展等内容,详细解答了临床中广大患者及家属经常询问和关注的甲状腺疾病热点问题,便于医患沟通和交流,也为甲状腺疾病早期防控提供了独特的视角,有利于医患双方更好地进行甲状腺疾病的正确管理与全面防控。

书中还对部分专家做了简要介绍,便于读者朋友们求医就诊,更好地维护自身和家人的健康。

上海市医学会百年纪念科普丛书

编委会

主 编：徐建光

副主编：马 强 朱正纲 孙晓明 孙颖浩 陈国强

陈赛娟 桂永浩 葛均波 颜世洁 瞿介明

编 委：丁 强 于广军 马 端 王卫庆 王学锋

王敏杰 王德辉 方唯一 邓小明 田 红

包玉倩 吕中伟 朱国行 华克勤 刘士远

刘中民 刘建民 刘皋林 江孙芳 孙 锟

孙建华 孙晓溪 李 铮 李春波 杨程德

吴坚平 何燕玲 狄 文 沈国芳 张 晨

张 琳 张文宏 张继明 陆 舜 陈文华

陈尔真 陈丽云 邵贵强 范存义 范先群

林晓曦 金震东 周行涛 胡超苏 侯立军

俞卓伟 施伟民 姜建元 姜格宁 倪兆慧

郭胤仕 黄国英 章 雄 章振林 傅志仁

谢渭芬 楼文晖 管阳太 谭 鸣 熊源长

编委会办公室

主 任：颜世洁

副主任：田 红 刘丙龙

成 员：王忆雯 宁 燕 华 飞 孙 瑜 沙燕倩

张 力 陈燕昀 徐 英 楚 青 魏 爽

(按姓氏笔画排序)

本书编委会

名誉主编: 宁 光

主 编: 王卫庆

副 主 编: 彭永德

编 委: (按照姓氏笔划排序)

王 曙	王丽华	王育璠	方 芳	石勇铨
冯晓云	毕宇芳	曲 伸	朱 巍	刘 伟
汤 玮	邹俊杰	陆颖理	陈向芳	陈颖超
林紫薇	郑骄阳	顾鸣宇	凌 雁	高 鑫
盛春君				

工作秘书: 宁 燕

总序

上海市医学会成立于1917年4月2日,迄今已有100年的悠久历史。成立之初以“中华医学会上海支会”命名,1932年改称“中华医学会上海分会”,1991年正式更名为“上海市医学会”并沿用至今。

百年风雨,世纪沧桑,从成立之初仅13人的医学社团组织,发展至今已拥有288家单位会员、22000余名个人会员,设有92个专科分会和4个工作委员会,成为社会信誉高、发展能力强、服务水平好、内部管理规范的现代科技社团,荣获上海市社团局“5A级社会组织”、上海市科协“五星级学会”。

穿越百年历史长河,上海市医学会始终凝聚着全市广大医学科技工作者,充分发挥人才荟萃、智力密集、信息畅通、科技创新的优势,在每一个特定的历史时期,在每一次突发的公共卫生事件应急救援中,均很好地体现了学会的引领带动作用。近年来,在“凝聚、开放、服务、创新”精神的指引下,学会不忘初心,与时俱进,取得了骄人的成绩。

2016年,习近平总书记在“全国卫生与健康大会”上发表重要讲话,指出“没有全民健康就没有全面小康”,强调把人民健康放在优先发展的战略地位。中共中央、国务院印发的《“健康中国2030”规划纲要》明确了“共建共享、全民健康”是建设健康的战略主题,要求“普及健康生活、加强健康教育、提高全民健康素养”,要推进全民健康生活方式行动,要建立健全健康促进与教育体系,提高健康教育服务能力,普及健康科学知识等。上海市医学会秉承健康科普教育的优良传统,认真践行社会责任,组织动员广大医学专家积极投身医学科普创作与宣传教育。

近年来,学会重点推出了“健康方向盘”系列科普活动、“架起彩虹桥”系列医教帮扶活动和“上海市青年医学科普能力大赛”三项科普品牌。通过科普讲座、咨询义诊、广播影视媒体宣传以及推送科普文章或出版科普读物等多形式、多渠

道,把最前沿的医学知识转化成普通百姓健康需求的科普知识,社会反响良好。配合学会百年华诞纪念活动,其间重点推出了百场科普巡讲活动和百位名医科普咨询活动。上海市医学会以其卓有成效的科普宣教工作受到社会各界好评,荣获上海市科委颁发的“上海科普教育创新奖-科普贡献奖(组织)二等奖”、中华医学会“优秀医学科普单位”和“全国青年医学科普能力大赛优秀组织奖”,成为上海市科协“推进公民科学素质”百家示范单位之一。

为纪念上海市医学会成立 100 周年,同时将《“健康中国 2030”规划纲要》精神进一步落到实处,我们集中上海医学界的学术领袖和科普精英编著出版这套科普丛书,为大众提供系统的医学科普知识以及权威的疾病防治指南,为“共建共享、全民健康”的健康中国建设添砖加瓦。在这套丛书里,读者既可以“读经典”——呈现《再造“中国手”》等丰碑之作,重温医学大家叱咤医坛的光辉岁月,也可以“问名医”——每本书约有 100 名当代名医答疑解惑,解决现实中的医疗健康困扰。既可以通过《全科医生,你家的朋友》佳作,找到你的家庭医生,切实地感受国家医疗体制改革的努力给大众带来的健康保障;也可以领略《从“削足适履”到“量身定制”——医学 3D 打印技术》《手术治疗糖尿病的疗效如何》等医学前沿信息,感受现代医学科技进步带来的福音。

经典丰满的内容,来源于团结奋进、齐心协力的编写团队。这套丛书涉及上海市医学会所属的 50 余个专科分会,编委达 2 000 余名,参与编写者近 5 000 人,堪称上海市医学会史上规模最大的一次集体科普创作。我相信,每一位参与科普丛书的编写者都将为在这场百年盛典中留下手迹,并将这些健康科普知识传播给社会大众而引以为荣。

在此,我谨代表上海市医学会,向所有积极参与学会科普丛书编著的专科分会编委会及学会工作人员,向关注并携手致力于医学科普事业发展的上海科学技术出版社表示衷心的感谢!

源梦百年、聚力同行,传承不朽、再铸辉煌。愿上海市医学会薪火不熄,祝万千家庭健康幸福!

上海市医学会

徐建光

会长

2017 年 5 月

前言

为贯彻落实《“健康中国 2030”规划纲要》，努力提高全民健康素养，加大健康教育力度，在庆祝上海市医学会成立 100 周年之际，上海市医学会内分泌专科分会组织全市内分泌学科的专家及学者们共同编写了《甲状腺疾病那些事》这本科普读物。

近年来，随着人民的生活方式、生活环境的改变，甲状腺炎、甲状腺功能亢进、甲状腺功能减退、甲状腺结节等甲状腺疾病的患病率呈逐年增加的趋势。因此，对于甲状腺疾病防治知识的了解成为民众健康知识需求的重要部分之一。故基于现有的理论，以通俗易懂的语言向公众普及甲状腺疾病的病因、诊断方法、治疗方案等的基本知识，解答众多备受关注的问题，不断提高公众对甲状腺疾病的认识，是我们撰写此书的初衷，也是提高公众健康意识的关键。

本书分“读经典”与“问名医”两个部分，“读经典”主要通过已发表的或还未发表的 11 篇经典科普文章，为公众普及基本的甲状腺疾病诊断与治疗相关知识；“问名医”则基于甲状腺疾病患者和民众应该了解的知识点，筛选 127 条备受关注的甲状腺疾病防治相关问题，由分会的专家学者对这些问题一一解答。总之，希望本书能为众多读者答疑解惑，让大家不再对甲状腺疾病产生不必要的恐慌与误解。

《甲状腺疾病那些事》编写工作从 2017 年 1 月启动，得到上海市医学会、市内各大医院内分泌学科专家、学者们的鼎力支持与无私帮助。他们在繁重的临床和科研工作之余，仍然不辞辛劳地完成撰写工作，为整部书稿的顺利完成奠定了坚实的基础，为普及甲状腺疾病防治知识做出了无私的奉献与辛勤的劳动，对他们的工作表示感谢并致以敬意！

尤其要诚挚地感谢中国工程院院士、上海交通大学医学院附属瑞金医院宁光教授，对本书编撰工作的主题确定与整理审阅，给予了最权威的专业指导。同

前言

时,我们也要感谢上海科学技术出版社对全书编写工作的付出,感谢丛书编委会所有成员对本书的指导和帮助。

《甲状腺疾病那些事》汇集了甲状腺疾病防治领域的相关科普知识,在短时间内完成全书的编写和统稿工作,难免会出现不足和疏漏之处,恳请广大读者批评指正。

当前,现代医学正以前所未有的速度向前发展,也推动了公共医疗事业的发展 and 进步。我们愿与所有同道一起,为普及甲状腺疾病的防治知识,为实现《“健康中国 2030”规划纲要》的宏伟目标而做出积极的贡献!

上海交通大学医学院附属瑞金医院内分泌科主任、二级教授、主任医师

上海市医学会内分泌专科分会主任委员

王卫庆

2017 年 12 月

目录

CHAPTER ONE

读经典

1

一、碘与甲状腺	003
二、提示可能患甲亢的一些信号	005
三、甲亢患者如何才能治病与生育两不误	007
四、甲亢可以根治吗	009
五、眼睛有病,别忘检查甲状腺	010
六、甲亢患者日常生活中应该注意什么	012
七、治疗甲亢的方法有哪些	014
八、冬季手脚冰冷的另类原因——人体“发动机”急速运行	016
九、怀孕期间甲状腺功能减退怎么办	019
十、揭开“桥本甲状腺炎”的神秘面纱	021
十一、发现甲状腺结节后,应采取怎样的检查策略	023

CHAPTER TWO

问名医

2

说 一 说 那 些 经 “碘” 问 题 	027
1. 什么是碘	027
2. 碘为什么对人体那么重要	027
3. 碘在人体内如何代谢	028
4. 中国补碘的现状如何	028
5. 我们应不应该吃碘盐	029
6. 吃碘盐会不会造成碘摄入过量	030
7. 哪些因素影响碘吸收	030
8. 忌碘饮食、低碘饮食、适碘饮食分别是什么	030
9. 哪些食物含碘量高	031
10. 哪些药物含碘量高	032
11. 碘-131 如何应用在甲状腺疾病中	032
12. 孕妇应该如何补碘	033
13. 测尿碘有什么用	033

14. 盐分为哪几种	034
15. 什么是碘缺乏病	035
16. 为什么缺碘会导致“大脖子病”	035
17. 甲减就是缺碘吗	036
18. 甲减患者都需要补碘吗	036
19. 多吃碘能够预防甲状腺疾病吗	037
20. 碘吃多了会中毒吗	037
21. 甲亢患者为什么不能吃海产品	038
22. 忌碘时应注意什么	038
23. 碘摄入过多会得甲亢吗	039
24. 甲亢是吃碘盐吃出来的吗	039
25. 甲状腺肿患者多吃海产品有益吗	040
26. 碘与甲状腺癌有关系吗	040
27. 碘影响甲状腺结节的生长吗	041
28. 有甲状腺结节应该怎么吃含碘食品	041
29. 桥本甲状腺炎与碘有什么关系	041
30. 碘与乳腺癌有关系吗	042
31. 碘与体重有关系吗	042
甲 状 腺 功 能 亢 进	043
32. 吃得多体重还下降、心慌、手抖,这是不是得甲亢了	043
33. 甲状腺炎和甲亢是一回事吗	044
34. 体重下降一定是甲亢吗	044
35. 脾气突然变得暴躁,没有耐心,是甲亢吗	045
36. 脖子变粗但其他没有任何不适,会是甲亢吗	045
37. 甲亢会引起腹泻吗	046
38. 突然莫名全身无力,补钾后马上好转,是甲亢吗	046
39. 眼睛突出就是甲亢吗	047
40. 治疗甲亢眼睛却突出来了,是甲状腺相关眼病吗	047
41. 眼睛突出而甲亢指标都正常,是甲亢引起的眼病吗	048
42. T_3 升高、TSH 下降、 T_4 正常,也是甲亢吗	049
43. 只有 TSH 下降是代表甲亢比较轻吗	049
44. 甲亢不治疗会有生命危险吗	050

45. 患了甲亢,女性“大姨妈”不来,男性乳房发育,是怎么回事	051
46. 怀孕2个月了,发现有甲亢怎么办	051
47. 甲亢患者如何能拥有健康宝宝	052
48. 甲亢患者孕期及产后要注意什么	053
49. 孕前必须要筛查甲状腺功能吗	053
50. 刚怀孕就发现甲亢,该如何治疗	054
51. 怎么区分甲亢和桥本病	055
52. 母亲有甲亢病史,孩子会得甲亢吗	055
53. 甲亢要做吸碘率检查吗	056
54. 儿童患甲亢不用吃药,不吃海产品就能好吗	057
55. 什么是新生儿甲亢	058
56. 胃口不好,没有精神,是甲亢吗	058
57. 甲亢性心脏病是怎么回事	059
58. 房颤患者服用胺碘酮,为什么要定期查甲状腺功能	060
59. 得了甲亢,生活上有哪些注意事项	060
60. 甲亢是吃药治疗好,还是放射性核素治疗好	061
61. 甲亢口服哪种药物治疗效果又快又好	062
62. 抗甲状腺的药物一吃就吃好几年,怎么对付药物不良反应	063
63. 甲亢能不能治愈	063
64. 手术是治疗甲亢最好的选择吗	064
65. 甲亢放射性核素治疗后需要注意什么	064
66. 治疗突眼一定要用激素吗	065
67. 甲亢引起心脏病如何治疗	065
68. 甲亢性心脏病患者治疗后成甲减需终身吃药,是不是治坏了	066
69. 甲亢药物治疗1年,没有症状后可以停药吗	067
甲 状 腺 功 能 减 退	068
70. 什么是甲状腺功能减退	068
71. 甲减有哪些分类	068
72. 甲状腺功能减退有哪些表现	069
73. 什么是亚甲减	070
74. 亚甲减需要治疗吗	070
75. 所有的亚甲减都需要治疗吗	071

76. 甲减患者要做哪些检查	071
77. 甲减的治疗方法有哪些	072
78. 甲减患者的饮食应注意什么	072
79. 甲减如何进行预防	073
80. 妊娠期甲减怎么诊断	073
81. 妊娠期甲减如何治疗	074
82. 什么是老年甲状腺功能减退	074
83. 老年甲减的危害是什么	075
84. 老年甲减有哪些表现	076
85. 老年甲减如何进行诊断	076
86. 老年甲减应与哪些疾病进行鉴别	077
87. 老年甲减该如何治疗	077
88. 老年甲减治疗中可能出现的不良反应是什么	078
89. 老年患者的亚甲减需要进行治疗吗	079
甲 状 腺 炎 和 桥 本 病 等	080
90. 什么是急性甲状腺炎和亚急性甲状腺炎	080
91. 甲状腺炎可以预防吗	080
92. 为什么会发生急性化脓性甲状腺炎	081
93. 亚急性甲状腺炎有哪些临床症状	081
94. 亚急性甲状腺炎对甲状腺功能有什么影响	082
95. 得了亚甲炎, 需要如何检查与治疗	082
96. 亚甲炎对孕妇及胎儿有影响吗	083
97. 亚急性甲状腺炎与甲亢如何区分	084
98. 什么是无痛性甲状腺炎	084
99. 什么是桥本甲状腺炎	084
100. 桥本甲状腺炎有什么临床表现	085
101. 桥本甲状腺炎要做哪些检查	085
102. 桥本甲状腺炎如何治疗	086
103. 桥本甲状腺炎出现甲亢是怎么回事	086
104. 什么是产后甲状腺炎	087
105. 产后甲状腺炎和格雷夫斯病如何区分	088
106. 产后甲状腺炎如何治疗	088

107. 怀孕了为什么要查甲状腺激素	088
甲状腺结节与肿瘤	090
108. 什么是甲状腺结节	090
109. 哪些人容易得甲状腺癌	091
110. 什么是甲状腺囊肿	091
111. 为什么甲状腺结节患者越来越多	092
112. 脖子粗与甲状腺结节有什么关系	093
113. 平时一直吃无碘盐,怎么还会生甲状腺结节	094
114. 得了甲状腺结节,还能吃加碘盐吗	094
115. 甲状腺良性结节会变成恶性的吗	095
116. 十字花科食物对甲状腺结节有影响是真的吗	096
117. 桥本甲状腺炎患者的甲状腺结节容易是恶性的吗	097
118. 得了甲状腺结节会有什么不舒服	098
119. 照镜子突然发现脖子上长了个东西,有点痛,这是怎么回事	099
120. 发现甲状腺结节,都要做穿刺检查吗	099
121. 甲状腺细针穿刺会造成肿瘤扩散吗	100
122. 做细针穿刺检查后不能确定性质,怎么办	101
123. 什么是“冷结节”“温结节”“凉结节”“热结节”	102
124. 原来的甲状腺结节增大明显,是怎么回事	102
125. 甲状腺结节都要手术切除吗	103
126. 甲状腺结节切除术后需要注意哪些事项	104
127. 甲状腺结节可以做微创手术切除吗	104

CHAPTER ONE

1

读 经 典

