

甲状腺疾病



怎么办?

魏 华 / 主编



- ◆ 人为什么会得甲状腺功能亢进症?
- ◆ 甲状腺功能减退症如何进行日常生活调养?
- ◆ 如何预防亚急性甲状腺炎的发生?
- ◆ 桥本甲状腺炎患者怀孕是否影响胎儿的发育与健康?
- ◆ 甲状腺结节在什么情况下需要手术治疗?

GRT 南方生活广播
广东广播电视台
GUANGDONG RADIO AND TELEVISION
SOUTHERN LIFE RADIO
FM93.6 AM999

名医面对面，名医就在你身边

对甲状腺疾病说 **NO!**

SPM 南方出版传媒

广东科技出版社 | 全国优秀出版社

甲状腺疾病



怎么办？

魏 华 / 主编



名医面对面丛书

第一辑

SPM 南方出版传媒

广东科技出版社 | 全国优秀出版社

· 广 州 ·

图书在版编目 (CIP) 数据

甲状腺疾病怎么办? / 魏华主编. —广州: 广东科技出版社, 2018.4

(名医面对面丛书. 第一辑)

ISBN 978-7-5359-6878-4

I. ①甲… II. ①魏… 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 (2018) 第044903号

甲状腺疾病怎么办?

Jiazhuangxian Jibing Zenmeiban

责任编辑: 曾永琳 韦雯雯

封面设计: 柳国雄

责任校对: 李云柯

责任印制: 林记松

出版发行: 广东科技出版社

(广州市环市东路水荫路11号 邮政编码: 510075)

<http://www.gdstp.com.cn>

E-mail: gdkjyxb@gdstp.com.cn (营销)

E-mail: gdkjzbb@gdstp.com.cn (编务室)

经 销: 广东新华发行集团股份有限公司

排 版: 广州市友间文化传播有限公司

印 刷: 佛山市浩文彩色印刷有限公司

(佛山市南海区狮山科技工业园A区 邮政编码: 528225)

规 格: 889mm×1 194mm 1/32 印张7 字数165千

版 次: 2018年4月第1版

2018年4月第1次印刷

定 价: 28.00元

如发现因印装质量问题影响阅读, 请与承印厂联系调换。

编委会



主 编：魏华

副主编：黄皓月

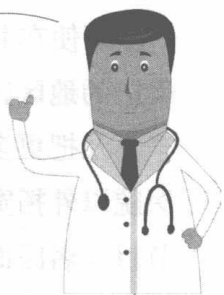
编 委：黄皓月 彭俊祥 雷琳丽

梁烨朗 孙玉娇 王一婷



序

xu



改革开放以来，中国保持快速发展，经济总量跃升至世界第二。过去五年，中国以超过10万亿美元的经济体量实现中高速增长，对世界经济平均贡献率达到30%左右。

在“撸起袖子加油干”的当下，全面建设小康社会，实现全民健康是我们一起努力的方向。砥砺奋进的这些年，在快节奏、高强度工作压力下，管理健康显得尤为重要。目前，高血压、糖尿病等慢性非传染性疾病成为威胁民众健康的杀手，这些病呈现“三高三低”的特点：患病率高、致残率高、死亡率高，知晓率低、治疗率低、控制率低。中国人口基数大，高血压、糖尿病患者是庞大的群体，如果不控制好基础病，继发诸多并发症，对患者、家庭、社会、政府而言都是沉重的负担。此外，胃病、甲状腺疾病、颈肩腰腿痛的发病率也

呈逐年上升趋势。

即使在北京、上海、广州、深圳等经济发达、医疗资源较为集中的地区，即使患者挂号看知名专家，由于时间有限，专家也来不及把更多的健康知识告诉患者，因此患者的健康教育需要在医院以外拓宽更广阔的舞台。广东广播电视台南方生活广播品牌节目《名医面对面》，多年来成为听众信赖、专家认可的节目。近年来，在“互联网+”的大潮下，我们致力打造品牌节目，深耕传统电台节目，2013年打造公益品牌活动：大爱有声“爱心伴你行，百位名医进社区”公益行动，至2017年年底，共举办近两百场公益活动，走进中小学校园、老年大学、社区广场、图书馆甚至水上巴士，把名医服务送到大众身边。同时，在南方生活广播官方微信公众号（SLR936）、触电直播、粤听APP等助力下，打破地域的局限，让节目传播得更远更远。在2017年第四届全国广播电视民生影响力调查中，《名医面对面》获广播时尚生活类型10强品牌栏目称号；大爱有声“爱心伴你行，百位名医进社区”公益行动荣获广播电视品牌活动称号。

有人形容“电台节目像一阵风”，可听的节目随风而逝，尤其是中老年人，左耳朵进，右耳朵出，当时道理听得很明白，过了几天，听完也就忘了。如何把专家的专业知识变为可收藏、随时查阅的作品？书籍无疑是最值得信赖的朋友。南方生活广播与广东科技出版社是长期合作的战略合作伙伴，之前紧密合作出版的多套科普丛书，曾获广东省、广州市优秀科普读物奖。此次，我们再度携手，重磅推出《名医面对面》系列丛书，本次出版的是第一辑，共5本。

本套丛书的作者，都是临床一线的知名专家，包括：

《糖尿病怎么办？》作者：中山大学附属第三医院内分泌科主任、博士生导师曾龙驿教授；

《甲状腺疾病怎么办？》作者：广东省中医院内分泌科主任魏华教授；

《高血压怎么办？》作者：广州中医药大学第一附属医院心血管科主任李荣教授；

《胃病怎么办？》作者：广州中医药大学博士生导师余世锋教授；

《颈肩腰腿痛怎么办？》作者：暨南大学附属顺德医院康复科主任尹德铭主任中医师。

以上五位专家，都是深受患者喜爱的好大夫，他们在繁忙的医、教、研工作中，抽出宝贵的时间，用大众容易读懂的通俗笔触，把深奥的医学知识解释清楚明白，把自我健康管理的能力交到患者手中。“授人以鱼不如授人以渔”，希望每位患者都学会管理健康，从容面对压力，掌握好生活节奏，做自己的“保健医生”，把健康牢牢掌握在自己手中。本套丛书的出版，受惠的是广大的患者、听众与读者，在碎片化阅读的当下，让我们一起回归书籍阅读，健康让生活更美好！

全国健康节目金牌主持人

南方生活广播节目部副主任监制、主持人、记者

林伟园

2018年元月



概述

Gaishu

说起人体内分泌，很多人一定会觉得似乎听说过，但却说不上来具体是什么。因为这个家族十分庞大，散布在人体内，但却都是性情低调、喜处偏峡的隐士。本书我们要讨论的主角——甲状腺，虽说是这个家族中的“第一大个子成员”，但相信很多人还是感觉她很陌生！不过，要是我们用一只“美丽的蝴蝶”来比喻她，你一定会顿生浪漫情怀，马上会联想到那最凄美的爱情故事——梁祝，还会勾起你内心的好奇，想马上揭开这只“蝴蝶”的神秘面纱，一探庐山真面目。

好的！在本书中，我们将要围绕人体内这只有些神秘、凄美色彩的“蝴蝶”和她“羽化成腺”的曼妙故事，为你展开有关的话题，和大伙儿说说那些你有点熟悉但其实很陌生的健康小秘密，并为你打开通往生命之门的玄机宝匣。



目录

Contents



第一部分

甲状腺总论 / 1

1. 甲状腺是个什么样的内分泌器官？有何功能？ / 2
2. 甲状腺激素有哪些生理作用？ / 6
3. 甲状腺会有哪些常见疾病？ / 10
4. 人生不同阶段甲状腺的作用会有不同吗？ / 13
5. 碘对甲状腺有什么作用？ / 16
6. 健康的人也需要补碘吗？ / 19
7. 缺碘的人该如何补碘？ / 21

第二部分

甲状腺功能亢进症 / 25

1. 什么是甲状腺功能亢进症？有什么临床表现？ / 26
2. 人为何会得甲状腺功能亢进症？哪些人容易得甲状腺功能亢进症？ / 30
3. 是不是只有女性才会患甲状腺功能亢进症？儿童、老年

人会得甲状腺功能亢进症吗？ / 32

4. 甲状腺功能亢进症具体有哪些类型？ / 34

5. 甲状腺功能亢进症会不会遗传或影响下一代？ / 37

6. 如何在早期识别甲状腺功能亢进症？ / 39

7. 医生如何确诊甲状腺功能亢进症？患者需要做哪些配合？ / 41

8. 甲状腺功能亢进症有哪些好的治疗方法？该如何选择？ / 44

9. 甲状腺功能亢进症能否治愈？通常需要治疗多长时间？ / 48

10. 甲状腺功能亢进症患者服药治疗期间一般应该多久复查才好？主要复查哪些指标？ / 49

11. 甲状腺功能亢进症治愈后，为何还会复发，如何识别？ / 53

12. 甲状腺功能亢进症有什么好的预防办法吗？ / 55

13. 甲状腺功能亢进症跟摄碘太多有关系吗？甲状腺功能亢进症患者能吃什么，不能吃什么？ / 57

14. 甲状腺功能亢进症患者生活上还要注意哪些问题？ / 62

第三部分

甲状腺功能减退症 / 65

1. 什么是甲状腺功能减退症？主要发病原因有哪些？ / 66

2. 甲状腺功能减退症的主要临床表现有哪些？ / 68

3. 如何确诊甲状腺功能减退症？ / 70

4. 如何自我发现甲状腺功能减退症？哪些人容易患甲状腺功能减退症？ / 74
5. 甲状腺功能减退症需要如何规范治疗？ / 77
6. 甲状腺功能减退症的患者能否正常怀孕、生育？一般什么时候可以怀孕？ / 80
7. 甲状腺功能减退症的女性患者在怀孕及哺乳期要注意哪些事项？ / 82
8. 甲状腺功能减退症会有哪些急危情况？该如何防范和处理？ / 84
9. 甲状腺功能减退症如何进行日常生活调养？ / 87

第四部分

桥本甲状腺炎 / 93

1. 桥本甲状腺炎的名称由来是什么？是哪些原因引起的？ / 94
2. 桥本甲状腺炎主要有哪些临床表现？成人和儿童的表现有什么异同？ / 99
3. 桥本甲状腺炎为什么也会有大脖子？ / 103
4. 为什么桥本甲状腺炎好发于女性？ / 106
5. 桥本甲状腺炎需要做哪些检查才能确诊？ / 108
6. 桥本甲状腺炎会引起不孕吗？ / 111
7. 桥本甲状腺炎患者怀孕是否会影响胎儿的发育与健康？ / 113
8. 桥本甲状腺炎的治疗方法有哪些？ / 116
9. 桥本甲状腺炎患者的饮食有何宜忌？ / 118

亚急性甲状腺炎 / 123

1. 亚急性甲状腺炎是什么病？ / 124
2. 亚急性甲状腺炎有哪些常见的临床表现？ / 126
3. 亚急性甲状腺炎通常需要检查哪些指标？ / 129
4. 亚急性甲状腺炎如何与其他类似的疾病进行区别？ / 132
5. 亚急性甲状腺炎要如何规范治疗？治愈后还需要注意什么？ / 137
6. 亚急性甲状腺炎生活上需要注意些什么？ / 141
7. 如何预防亚急性甲状腺炎的发生？ / 145
8. 不同发病时期的亚急性甲状腺炎患者在饮食上应该注意些什么？ / 147

甲状腺结节 / 151

1. 什么是甲状腺结节？甲状腺为什么会有结节？ / 153
2. 甲状腺结节患者是不是一定会脖子肿大？ / 157
3. 甲状腺结节在哪些情况下是恶性的？ / 160
4. 甲状腺结节与碘的摄入有关吗？该如何确定碘的摄入量？ / 163
5. 甲状腺结节在什么情况下需要治疗？治疗手段有哪些？ / 165

6. 甲状腺结节在什么情况下需要手术治疗？有何风险？
/ 169
7. 甲状腺结节行手术治疗能彻底治愈吗？手术后有哪些注意事项？ / 171
8. 甲状腺结节如何配合饮食调理？术后的生活调理要注意哪些问题？ / 173

第七部分

甲状腺癌 / 177

1. 什么是甲状腺癌？甲状腺癌包括哪些种类？临床表现有何不同？ / 179
2. 如何早期发现和确诊甲状腺癌？ / 184
3. 甲状腺癌的治疗方法有哪些？ / 190
4. 甲状腺癌的治疗效果如何？如何进行随访和复查？
/ 195
5. 合并妊娠的甲状腺癌患者该如何处理？需要注意哪些问题？ / 198
6. 甲状腺癌术后应注意什么？如何进行生活调理？ / 201

第一部分

甲状腺 总论



Question



1

甲状腺是个什么样的 内分泌器官？有何功能？

1 甲状腺是人体最大的内分泌腺体

这只“羽化成腺”的“蝴蝶”——甲状腺，自胚胎形成后逐渐发育成人体内“最大的内分泌腺体”，经历了一个复杂的演化、蜕变过程。而最终她归隐定居在人体素有咽喉要道之称的颈前喉结下方2~3厘米处（即医学上说的环状软骨的下端），真的是最危险的地方就是最安全的吧！但为防止意外伤害，她还是谨慎地分身为左、右两翼，找了个最稳妥的地方靠山而居，紧贴在气管的两侧，犹如一只张开翅膀的蝴蝶，中间由纤细的峡部紧围在气管前方，呈H形，像极了一只

停留在枝头欲飞的蝴蝶，身姿很美很动人！而她那两翼又薄又软的身躯，平时从外表上看不出来，但当我们做吞咽动作时，她就会随之上下舞动。

2 甲状腺负责合成、储存并分泌甲状腺激素

甲状腺的功用就是负责合成、储存并分泌甲状腺激素，并通过甲状腺激素作用于全身各组织器官，从而对全身功能活动发挥复杂而全面的协调指挥作用。

怎么样？看不出来吧。这个美丽、看似柔弱的“小蝴蝶”却很威武，有点像巾帼女英雄吧！只不过她可不是孤军作战的女侠，其背后有着一个密切协作的强大军团。特别是在大脑中枢中还有更高级的上级指挥官——分别叫作“下丘脑”和“垂体”的内分泌腺，逐级负责指挥调动，从而形成了一个叫作“下丘脑—垂体—甲状腺轴”的内分泌小分队，共同调节着人体内的甲状腺激素水平，使机体保持在一个相对稳定的健康状态。

下丘脑跟垂体都是位于人脑中心区的、非常重要的内分泌器官，形象地说，下丘脑就相当于内分泌系统的“总司令部”，最终接受和处理机体各种需求信号，并对下级内分泌器官（如垂体及甲状腺等）发号施令；而垂体就相当于“包工头”，接受下丘脑的命令后就负责“转包”任务给其“下属”——甲状腺器官，指挥和监管甲状腺执行和完成下一步的工作。其中下丘脑通过生成促甲状腺激素释放激素（TRH），来传递命令信号到达垂体，使垂体再生成促甲状腺激素（TSH）进一步来传递命令信号到达甲状腺。

当各种原因导致人体内甲状腺激素不足甚至缺乏时，人体就会反馈信息到达下丘脑。下丘脑很快通过合成、分泌和释放等一

系列加工处理过程，派出足够多的特使TRH，进一步指挥垂体派出代号为TSH的密使立即到达甲状腺团队，使甲状腺团队迅速加班加点奋力工作，从而很快制造出足够量的甲状腺激素，以补充给人体各种情况的需要，这在医学上被称为“正反馈”调节。

相反，如果人体内某些情况下甲状腺激素产生过多、消耗利用减少，导致体内甲状腺激素水平升高，则会产生另一种叫“负反馈”的抑制效应，即甲状腺激素过量的信息传达给下丘脑后，下丘脑和垂体即通过减少特使TRH和TSH的派送，最终减少甲状腺激素的制造和输出。正是机体的这种反馈调节，才会使激素水平能维持在一个适应人体不同需要而又相对稳定的“自平衡”状态。

3 甲状腺的“聚碘”作用

此外，甲状腺还有一个小秘密。这可是她独有的特异功能，其他任何组织和器官都不具备的超强“聚碘”作用，千万不可小觑！要知道，人体内90%的碘都集中在甲状腺这个“碘库”里，随时待命准备上阵制造“军火”——甲状腺激素！

不仅如此，甲状腺还有她自己的特殊装备，是人体唯一将激素储存在细胞外却随时可以做“上阵”准备的内分泌腺体。

作为合成甲状腺激素的主要工厂，其主力车间是一处叫“滤泡上皮”的组织，而生产出来的甲状腺激素则由运输专业户“甲状腺球蛋白”以胶质状的形式结合搬运到专用仓库——“滤泡腔”内储存。她不会私吞或囤积，只要有需求，她都会慷慨无私地奉献出来。