


王陇德 总主编

健康9元书系列

得了甲状腺 疾病怎么办

沈飞霞 主编



 金盾出版社

王陇德总主编

健康9元书系列

得了甲状腺疾病怎么办

主 编

沈飞霞

副主编

陈肖俊 周 琦

金 盾 出 版 社

内 容 提 要

本书主要介绍了甲状腺疾病,其中包括甲状腺疾病对健康的危害,碘对甲状腺疾病的影响,甲状腺疾病常见问题解答,以及甲状腺疾病与宝宝健康四个方面。其文字通俗易懂,内容科学实用,可作为甲状腺疾病患者和自我调养康复的常备用书,可供广大读者阅读参考。

图书在版编目(CIP)数据

得了甲状腺疾病怎么办/沈飞霞主编.--北京:金盾出版社,2012.5

(健康9元书系列/王陇德总主编)

ISBN 978-7-5082-7605-2

I. ①得… II. ①沈… III. ①甲状腺疾病—防治 IV. ①R581

中国版本图书馆CIP数据核字(2012)第081757号

金盾出版社出版、总发行

北京太平路5号(地铁万寿路站往南)

邮政编码:100036 电话:68214039 83219215

传真:68276683 网址:www.jdcbs.cn

北京画中画印刷集团印刷、装订

各地新华书店经销

开本:787×930 1/32 印张:3 字数:50千字

2012年5月第1版第1次印刷

印数:1~50000册 定价:9.00元

(凡购买金盾出版社的图书,如有缺页、
倒页、脱页者,本社发行部负责调换)

编委会

总主编

王陇德

副总主编

胡大一 瞿佳 洪昭光 向红丁

编委

(以姓氏笔画为序)

王爱华	向阳	余震	张文瑾
张秀华	杨新春	陈伟	陈肖鸣
陈浩	姚鹏	贾福军	郭冀珍
高珊	麻健丰	薛延	

序

随着经济的发展,时代的进步,医疗卫生水平的提高,我国疾病谱发生了很大变化,预防为主的观念也在变化。过去讲预防为主,主要是预防传染病,因为传染病是当时居民的主要死亡因素。近些年来,虽然传染病得到有效控制,可是脑卒中、冠心病、高血压、糖尿病等慢性病却成为影响居民健康的主要因素。2008年公布的“我国居民第三次死因抽样调查结果”显示,脑血管病已成为我国国民第一位的死亡原因,死亡率是欧美国家的4~5倍、日本的3.5倍,甚至高于泰国、印度等发展中国家。《中国心血管病报告2010》显示,目前全国有高血压患者2亿人,成为严重威胁我国人民健康的主要疾病。然而,我国人群高血压的知晓率、治疗率和控制率仅分别为30.2%、24.7%和6.1%,仍处于较低水平。高血压不仅是一个独立的疾病,也是脑卒中、冠心病、肾衰竭和眼底病变的主要危险因素。高血压患者还常常伴有糖尿病等慢性疾患。

当前,造成我国国民慢性疾病上升的主要原因有:

不健康的生活方式:除了平均寿命延长以外,另一个主要原因就是长期不健康的生活方式。不健康的生活方式助长了慢性病的高发和威胁。很多人长期大鱼大肉,摄入过多的热能,加之不良的生活习

惯,如过量饮酒、吸烟、身体活动不足,导致肥胖、血管硬化等。这些都是慢性疾病的主要危险因素。

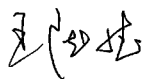
健康素养水平较低:人民的健康知识并未随着生活水平的提高而增多。中国健康教育中心(卫生部新闻宣传中心)公布的我国首次居民健康素养调查结果显示,我国居民具备健康素养的总体水平为6.48%,即每100人中仅有不到7人具备健康素养。本次调查就科学健康观、传染病预防、慢性病预防、安全与急救、基本医疗5类健康问题相关素养现状进行了分析。结果表明,慢性病预防素养水平最低,仅为4.66%。

养生保健中的误区:由于健康知识的不足,人们在养生保健中的误区也十分常见,如蛋黄里含有大量的胆固醇,血脂高的人群不能吃蛋黄;水果是零食,可吃可不吃;爬山是中老年人最好的锻炼;闻鸡起舞,中老年人晨练好处多等。这些误区不仅起不到保健的作用,而且可能造成对健康的损害。

由此可见,改变人们不科学的生活方式,提高群众的健康知识水平显得尤其重要。金盾出版社邀我组织编写一套防病治病和养生保健类的科普图书。《健康9元书系列》正是秉承了这一使命,将深奥的医学科学知识转化为通俗易懂的老百姓的语言,将科学的健康知识呈现给大家,正确指导群众的保健行为。《健康9元书系列》共50种,编写此套系列丛书的50余位作者中,既有胡大一、洪昭光、向红丁等一批全国知名的大专家,也有活跃在基层医院临床第一线的中青年专家。他们都拥有扎实的医学理论

基础和丰富的临床经验。更为难能可贵的是,他们除了做好自己的医疗、教学和科研工作以外,都热衷于健康科普宣传工作,花费了大量的业余时间编写这套系列丛书。这套系列书从常见病的防治到科学的养生保健方法,从慢性疾病的营养配餐到心理保健,涉及面广,实用性强,让读者看得懂,学得会,用得上。希望通过《健康9元书系列》的出版,为我国民众的健康知识教育和健康水平的提高贡献一份力量。

中华预防医学会会长
中国工程院院士

A handwritten signature in black ink, appearing to read '王德君' (Wang Dejun), written in a cursive style.

2012年4月于北京



甲状腺疾病是常见的内分泌疾病。全球患者已超过 3 亿,且有逐年增加的趋势,其中 50% 的患者对病因却并不知晓。那么,甲状腺疾病到底有什么样的危害? 怎样去预防? 患病后又有哪些特别的注意事项? 当您读完这本书后,就会对甲状腺疾病有了进一步的了解,从中找到答案。

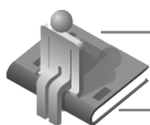
甲状腺疾病发生的原因,在很大程度上与其激素水平的高低有关,过多或过少都会影响脑神经及心功能。由于甲状腺激素是人体正常生长发育所必需的激素,婴儿期缺乏甲状腺激素会影响大脑和骨骼的发育,导致身高和智力发育障碍。成人甲状腺激素缺乏则会使人反应迟钝、心跳变慢、全身肿胀。而甲状腺激素异常增加时则会导致心慌手抖,性格脾气急躁易怒,有些还出现两眼球突出,不仅影响美观,甚至还会影响视力。母亲患甲状腺疾病还可能直接影响孕育中的宝宝。导致甲状腺功能异常的原因很多,其中饮食中碘含量的多少与甲状腺疾病有着密切的关系,有时饮食中多补点碘可以消除疾病,

而有些时候多补了碘反而会加重病情。所以,很多患者常常为饮食中是否补碘所困扰。随着生活水平的不断提高,人们保健意识的加强,健康体检中发现甲状腺异常的人群也日益增加。其中包括甲状腺结节、甲状腺癌、单纯甲状腺回声改变,也有化验发现甲状腺激素异常或甲状腺相关抗体滴度升高的。因此,当很多人拿到体检结果时都非常恐慌,而又不知该如何应对。

我们编著这本书的目的就是针对甲状腺疾病患者所关心的问题给予详细的解答。本书主要介绍了甲状腺疾病对健康的危害,碘对甲状腺疾病的影响,易高发的甲状腺疾病常见问题解答,以及甲状腺疾病与宝宝健康四个方面。其内容丰富,科学实用,知识性强,旨在更广泛地普及甲状腺疾病防治方面的知识。我们希望此书的出版,能成为每个家庭生活中常翻阅的参考书,能成为每位读者促进健康,防治甲状腺疾病的良师益友。

由于时间仓促,书中如有疏漏不足之处,敬请同行及读者给予指正。

沈飞霞



目 录

一、甲状腺疾病对健康的危害知多少

1. 甲状腺像一只美丽的蝴蝶 (1)
2. 甲状腺激素对心脑及生长发育的影响
..... (2)
3. 甲状腺激素过多有哪些危害 (3)
4. 甲状腺激素过少有哪些危害 (4)
5. 甲状腺结节对健康有影响吗 (4)
6. 甲状腺肿大会影响健康吗 (5)
7. 患甲状腺疾病的人多吗 (6)
8. 哪些因素会诱发甲状腺疾病 (7)

二、碘与甲状腺疾病的关系

1. 饮食中碘含量与甲状腺疾病有关吗 (9)
2. 饮食中摄入多少碘合适 (10)
3. 哪些甲状腺疾病与碘缺乏有关 (11)
4. 哪些甲状腺疾病与碘过多有关 (12)
5. 哪些食物含碘高 (12)

三、甲状腺疾病常见问题解答

1. 什么是甲亢 (14)
2. 哪些因素会导致甲亢 (15)

✿ 得了甲状腺疾病怎么办 ✿

3. 甲亢能预防吗 (16)
4. 心慌手抖体重减轻是患了甲亢吗 (17)
5. 性格暴躁与甲亢有关吗 (17)
6. 甲亢患者一定会脖子变粗吗 (18)
7. 眼球突出眼睑水肿与甲亢有关吗 (18)
8. 甲亢伴突眼时怎么办 (19)
9. 突发四肢无力、软瘫与甲亢有关吗 (20)
10. 治疗甲亢的“三剑客” (21)
11. 甲亢患者在饮食方面应注意哪些问题
..... (22)
12. 甲亢患者治疗多久才能停药 (24)
13. 为什么服抗甲亢药要监测血常规与肝
功能 (25)
14. 服药后皮肤瘙痒怎么办 (26)
15. 抗甲亢药物的剂量为什么要经常调整
..... (26)
16. 为什么甲亢患者要加服甲状腺激素 ... (27)
17. 甲亢治疗后抗体滴度会降低吗 (28)
18. 放射性¹³¹碘治疗前后应做什么准备
..... (28)
19. 做放射性¹³¹碘治疗应注意甲状腺功
能低下 (30)
20. 少年儿童可以选择¹³¹碘治疗吗 (30)
21. 在什么情况下甲亢患者需要手术治疗
..... (31)
22. 甲亢手术治疗有哪些并发症 (32)
23. 服用抗甲亢药物会导致肥胖吗 (33)

24. 甲亢治疗中如何防止体重增加	(34)
25. 导致甲状腺功能减低的原因是什么 ...	(34)
26. 甲状腺功能减低后能恢复正常吗	(35)
27. 补碘有助于甲状腺功能恢复吗	(36)
28. 长期服用甲状腺素药物会有不良反应 吗	(36)
29. 甲状腺炎需要服用抗生素吗	(37)
30. 甲状腺相关抗体高低与疾病轻重有关 吗	(38)
31. 桥本氏甲状腺炎能治好吗	(39)
32. 警惕亚急性甲状腺炎	(40)
33. 产后脖子增粗是怎么回事	(40)
34. 为什么甲状腺会长结节	(41)
35. 怎样才能发现甲状腺结节	(42)
36. 甲状腺结节患者要补碘吗	(43)
37. 甲状腺结节分为几类	(44)
38. 做哪些检查可以确诊甲状腺结节的性 质	(44)
39. 怎么区分甲状腺结节良性与恶性	(45)
40. 甲状腺结节通过吃药能消散吗	(46)
41. 甲状腺结节选哪种影像检查最好	(46)
42. 甲状腺结节必须要进行核素扫描吗 ...	(48)
43. 甲状腺结节伴钙化就是甲状腺癌吗 ...	(48)
44. 甲状腺细针抽吸细胞学检查的作用 是什么	(49)
45. 甲状腺细针抽吸能区分甲状腺结节 的性质吗	(50)

✿ 得了甲状腺疾病怎么办 ✿

46. 哪些患者应做甲状腺细针抽吸细胞学检查 (51)
47. 甲状腺良性结节可以不用治疗吗 (51)
48. 甲状腺结节需要手术吗 (52)
49. 甲状腺囊肿要手术吗 (52)
50. 甲状腺癌的发生与哪些因素有关 (53)
51. 甲状腺癌细胞学形态分哪几种 (53)
52. 甲状腺癌是绝症吗 (54)
53. 如何及早发现甲状腺癌 (55)
54. 甲状腺癌可以预防吗 (56)
55. 甲状腺癌会遗传吗 (56)
56. 为什么女性易患甲状腺癌 (57)
57. 甲状腺球蛋白增高一定是恶性病变吗
..... (58)
58. 常见的甲状腺乳头状癌有什么特征
..... (58)
59. 甲状腺癌女性患者孕期能手术吗 (59)
60. 甲状腺癌手术后手脚麻木是怎么回事
..... (59)
61. 甲状腺手术后声音嘶哑怎么办 (60)
62. 甲状腺癌手术后需要终身服药吗 (61)
64. 老年人需警惕甲状腺未分化癌 (62)
64. 甲状腺癌需要化疗吗 (62)
65. 甲状腺癌会影响寿命吗 (62)
66. 甲状腺癌术后患者应该如何复查 (63)
67. 甲状腺肿大怎么办 (64)
68. 甲状腺有回声改变怎么办 (65)

- 69. B超发现甲状腺有结节怎么办 (65)
- 70. 甲状腺激素异常怎么办 (66)
- 71. 化验发现甲状腺相关抗体升高怎么办
..... (67)

四、甲状腺疾病与宝宝健康

- 1. 甲状腺疾病会遗传给宝宝吗 (68)
- 2. 母亲甲状腺激素水平对宝宝智力会产生
哪些影响 (68)
- 3. 哪些情况在妊娠期必须定期监测甲状
腺激素 (69)
- 4. 甲亢该成为生育的绊脚石吗 (70)
- 5. 女性患甲减会影响宝宝的智力吗 (71)
- 6. 甲减孕妇为什么需要增加甲状腺素药
的补充剂量 (72)
- 7. 妊娠期间甲减孕妇的甲状腺激素控制
在多少合适 (73)
- 8. 怀孕期间可以服用抗甲亢的药吗 (73)
- 9. 怀孕期间可以服用甲状腺激素吗 (74)
- 10. 甲亢患者怀孕期间需要低碘饮食吗 ... (75)
- 11. 怀孕期间可以做甲状腺手术吗 (75)
- 12. 怀孕期间可以做放射性碘治疗吗 (76)
- 13. 男性甲状腺疾病患者服药期间可以要
孩子吗 (76)
- 14. 儿童患甲状腺疾病有什么特征 (77)

一、甲状腺疾病对健康的危害知多少

1. 甲状腺像一只美丽的蝴蝶

健康就是财富,健康就是幸福,当今社会人们越来越重视自身的健康状况。对于机体的五脏六腑,大家或多或少都知道一些相关医学和保健知识,然而“甲状腺”对于大多数人来说可能是既熟悉又陌生,也许听说过这个名词,但是不了解甲状腺是怎样一个器官,有什么作用,对健康有什么影响,所以有的人甲状腺“生病了”而自己却浑然不知。经常遇到有人问这样一个问题:我有甲状腺吗?



那么甲状腺究竟是什么?它又在人体哪个部位呢?我们每个人都有甲状腺,它是全身最大的内分泌器官,它分泌产生的激素能控制机体新陈代谢的速度。甲状腺位于颈部前方,分左右两叶,中间由一狭长的峡部连接,形似一只美丽的蝴蝶,落在我们平常所说的“喉结”下方2~3厘米处,吞咽东西时可随其上下移动。正常情况下,甲状腺很小很薄,在颈部既看不到,也摸不着。它虽美丽但功能强大,虽纤弱但潜能无穷,可以说是内分泌腺体的大姐大。甲状腺激素如产生过多就是甲状腺功能亢进症(简称甲亢),

✿ 得了甲状腺疾病怎么办 ✿

激素产生不足就是甲状腺功能减退症。

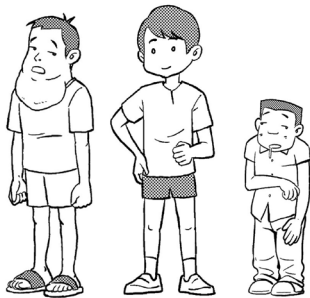
在某些生理或病理条件下,甲状腺的形态会发生改变,如发生肿大或形成结节,如果在颈部能摸到甲状腺,或者能看到甲状腺,就可以诊断是甲状腺发生了肿大。因此,患者应及时到医院找专科医生就诊。

2. 甲状腺激素对心脑血管及生长发育的影响

作为人体最大的内分泌腺体,甲状腺被喻为“身体的发动机”,正是因为其分泌的甲状腺激素起着至关重要的作用。与其他激素不同,甲状腺激素几乎作用于机体所有的组织器官,对生长、发育和代谢等方面产生深远的影响。一旦甲状腺功能失调,激素水平异常会给大脑神经和心脏带来最大的伤害。

甲状腺激素即通常所说的甲状腺素(T₄)和三碘甲状腺原氨酸(T₃),其主要的作用是:

(1)促进生长发育:甲状腺激素是人体正常生长发育所必需的物质,尤其在长骨和脑的生长发育中起着至关重要的作用。如果在胎儿或者婴儿期缺乏甲状腺激素就会导致大脑发育不全、骨骼发育障碍,出现反应迟钝、身材矮小。在医学上称为呆小病(克汀病)。如



✿ 一、甲状腺疾病对健康的危害知多少 ✿

果及时补充甲状腺激素,可减少神经系统的损害,否则将造成不可逆转的智力障碍。

(2)神经系统及心血管效应:提高中枢神经系统的兴奋性,以维持我们对外界的正常反应性。对心血管的效应是维持心率、加强心肌收缩力和加大心输出量等。

(3)促进新陈代谢:甲状腺激素能维持糖、脂肪和蛋白质三大营养物质的正常代谢和平衡,可以促进物质氧化,增加氧耗,提高基础代谢率,使产热增多,使人体能量代谢维持在一定水平,调节体温使之恒定。

3. 甲状腺激素过多有哪些危害

尽管甲状腺激素在生长、发育和代谢等方面起着非常重要的作用,但身体内的激素有这样一个特点:那就是不能太多也不能太少,一旦体内甲状腺激素过多,使代谢加快,就会出现焦躁不安、心慌手抖、怕热多汗、易饥多食、体重下降等现象。因为过多的甲状腺激素导致甲状腺功能的增高,使得机体各个系统兴奋性增高,全身处于代谢亢进的状态。

(1)脑神经系统:表现为紧张多虑,烦躁易怒,易被激惹。

(2)心血管系统:表现为心跳加速、心律失常、早搏、血压增高,严重时因甲亢性心脏病而出现胸闷气短、呼吸费力、两下肢水肿等心力衰竭症状。

(3)消化系统:表现为食欲亢进、容易饥饿、大便次数增加,甚至顽固性腹泻,严重时导致转氨酶升高