

# 甲状腺结节的相关治疗方法及预防措施

熊彩玉

贵州医科大学 贵州贵阳 550025

**摘要:** 甲状腺结节是一种非常常见的甲状腺疾病病症, 多见于中青年人群, 易发于30至50岁, 甲状腺瘤的发病率较男性高2倍至4倍, 特别是中年女性较为多见。大连做了一个样本调查, 调查发现结节检出结节的有38.5%, 60岁以上老年人检出来患甲状腺结节的高达62%, 其中男性的结节检出率54.7%, 女性的结节检出率74.6%<sup>[1]</sup>。有国外相关报道<sup>[2]</sup>显示, 女性人群中患甲状腺结节的人数高于男性人群, 在日本, 40岁以上女性中甲状腺结节患病率是36.3%, 而且发病率随着年龄的增长而增加, 通过这个报道我们可以推断甲状腺结节的高发病率可能与女性人群的生理因素、雌激素分泌水平还有怀孕期间机体特殊的需求有一定关系。甲状腺结节是甲状腺细胞异常增生后在甲状腺组织出现的肿块, 大部分甲状腺结节没有什么明显症状, 少数患者会出现甲状腺结节压迫到了周围组织就会出现声音嘶哑、呼吸、吞咽困难。但是甲状腺这个部位恶化率比较高, 及时医治能有效的预防恶化。还有就是儿童的甲状腺结节患病率虽然很低, 约为1%~1.5%, 但值得注意的是儿童甲状腺结节发展为恶性几率会很大, 这个恶化几率是成人的4倍, 甲状腺结节恶性在儿童中是继发性恶性肿瘤的排第一位<sup>[3]</sup>。

**关键词:** 甲状腺结节; 治疗方法; 预防措施

## Treatment and prevention of thyroid nodules

Caiyu Xiong

Guizhou Medical University, Guiyang Guizhou, 550025

**Abstract:** thyroid nodule is a very common thyroid disease, which is more common in young and middle-aged people, prone to occur in 30 to 50 years old. The incidence rate of thyroid tumor is 2 to 4 times higher than that of men, especially in middle-aged women. A sample survey was conducted in Dalian. It was found that 38.5% of the nodules were detected, and 62% of the elderly over 60 years old were found to have thyroid nodules. Among them, the detection rate of male nodules was 54.7%, and that of female nodules was 74.6%<sup>[1]</sup>. Relevant foreign reports<sup>[2]</sup> show that the number of women suffering from thyroid nodules is higher than that of men. In Japan, the prevalence of thyroid nodules among women over 40 years old is 36.3%, and the incidence rate increases with age. From this report, we can infer that the high incidence rate of thyroid nodules may be related to the physiological factors of women, the level of estrogen secretion and the special needs of the body during pregnancy. Thyroid nodule is a cell mass in thyroid tissue after abnormal hyperplasia of thyroid cells. Most thyroid nodules have no obvious symptoms. A few patients will have thyroid nodules. If they compress the surrounding tissues, they will have hoarseness, breathing and swallowing difficulties. However, the deterioration rate of this part of thyroid gland is relatively high. Timely treatment can effectively prevent deterioration. In addition, although the prevalence of thyroid nodules in children is very low, about 1%~1.5%, it is worth noting that children's thyroid nodules have a high probability of developing into malignancy, which is four times higher than that of adults. Malignant thyroid nodules rank first among secondary malignancies in children.<sup>[3]</sup>

**Keywords:** thyroid nodules; Treatment methods; preventive measure

## 前言:

糖尿病是一种常见病,但甲状腺结节是在糖尿病后内分泌领域的又一常见多发病。近几年,甲状腺结节的患病率呈逐年上升趋势,给人们生活和身心健康带来严重影响,中国和国外研究学者也在重视这个问题了<sup>[4]</sup>。甲状腺结节的危害有很多,例如影响人的美观、造成情绪失常、压迫喉返神经、造成声音嘶哑、严重的压迫气管,造成呼吸困难等。长期甲状腺结节还可能伴有甲亢的问题甚至引发结节癌变,造成生命危险。目前医院针对甲状腺结节还没有很系统的治疗方案,主要还是主张手术切除与激素调节,但是病情没有达到恶化的程度,手术切除反而会伤了根本,术后容易引起甲亢,日后只能依靠优甲乐等代甲状腺激素维持,因此治疗甲状腺还是需要专业的调理方案祛医治以及相应的预防措施。随着信息渠道的拓宽,我们可以经常看到关于甲状腺癌的各种报道。从中我们可以看出甲状腺癌的发病率近年来不断上升,早期确诊甲状腺结节可以有效降低甲状腺癌死亡率,因此探求甲状腺结节病的治疗策略及预防措施显得尤为重要。

## 1 甲状腺结节

### 1.1 病因分析

甲状腺结节是由于甲状腺激素分泌异常造成甲状腺细胞在组织局部异常生长所引起的,是内分泌系统中的一种常见病,很多时候是在体检的检查中偶然发现<sup>[5]</sup>。甲状腺结节的病因有很多,其中比较常见的病因包括缺碘、正常甲状腺组织过度生长、放射性的感染、遗传和甲状腺炎症等。研究发现情志失调、压力大、23点后入睡、睡眠时间小于7小时、合并甲状腺疾病、合并其他结节类疾病、有家族史与甲状腺结节的发生成正相关,其中在情志失调方面,容易急躁、易怒、焦虑、抑郁的人更容易得甲状腺结节;其他甲状腺疾病方面,患有桥本氏甲状腺炎、甲减的人更容易得甲状腺结节;其他结节类疾病的话,患有乳腺增生的人比常人更容易得甲状腺结节<sup>[6]</sup>。长期熬夜的人甲状腺结节更易转变成甲状腺癌。碘是维持人体甲状腺功能正常的必要因素,国内研究了缺碘地区和高碘地区的患病率,结果显示缺碘地区甲状腺结节发病增高,高碘地区多发结节高发,但结节总发病率无明显差异<sup>[7]</sup>。而肖天梅等<sup>[8]</sup>通过对不同水平碘对甲状腺疾病的影响,她们发现甲状腺疾病的发病率随尿碘水平升高而增高。

### 1.2 典型症状

有些患者可以触摸到自己颈部前方的结节,在颈部

的两侧,结节明显的患者在吞咽口水时结节会随之上下移动,按压无痛感。在大多情况下,甲状腺结节没有任何症状,对生活没有什么影响,所以在生活中很难被发现。甲状腺结节进展为其它甲状腺疾病的概率只有1%,有些严重的患者会感觉到颈部疼痛、咽喉部异物感,或者存在压迫感,有的甚至会影响到患者呼吸,运动是会感觉呼吸困难。当甲状腺结节发生囊内自发性出血时,疼痛感会更加强烈。如在甲状腺结节初期不进行干预的话,很容易造成结节癌变。较典型的症状如下:

#### 1.2.1 疼痛

大多数情况下患者没有任何症状,只是颈部有肿块,对患者的生活也没有什么影响,但有些人会出现结节周围疼痛、咽喉部异物感和压迫感,呼吸也会受到一定的影响。

#### 1.2.2 水肿

部分晚期患者会发生颈部水肿的症状,所以有些地方俗称大脖子病。

#### 1.2.3 压迫性症状

当结节长大到压迫到周围组织时,比如压到气管可能就会出现声音沙哑、咽东西是会有异物感、呼吸困难、呼不上来气、吞咽困难等相应的症状。

#### 1.2.4 激素相关症状

如果甲状腺结节引发了甲状腺功能亢进症时,甲状腺激素分泌过多,身体代谢增强,会出现心慌、流汗多、手发抖和人异常消瘦;如果是引发了甲状腺功能减退症时,甲状腺激素分泌过少,身体代谢减少,人会出现发抖、怕冷、全身无力虚弱的症状。

## 2 相关治疗

甲状腺结节的治疗不是每种都一样,这个要根据患甲状腺结节的程度来选择治疗方法,如果是良性结节一般先采用药物治疗,通过服用药物控制甲状腺激素的分泌水平,定期去医院检查甲状腺功能是否正常或结节有无增大。如果甲状腺结节长得过大已经影响了人的生活时就必须要进行手术治疗。如果是恶性结节,最常规治疗方式是手术切除,切除的位置不仅有结节肿块,还有腺体周围部分甲状腺组织,有可能是大部分或全部的甲状腺组织。手术存在损伤喉部神经的潜在风险,可能术后声音会变得嘶哑,但术前医生会充分告知患者风险可能性。

### 2.1 药物治疗

患者可通过服用抗甲状腺药物来抑制甲状腺激素的分泌,比如优甲乐,通过服用这些药物以达到甲状腺的

功能稳定, 并且定期去医院复查甲状腺功能是否正常。

### 2.2 软坚散结通络方治疗

这种方法也是可以治疗甲状腺结节的, 它治疗气滞痰和结血瘀型甲状腺结节的效果较好, 可以缩小甲状腺结节的大小; 软坚散结能有效改善甲状腺结节的中医体征; 这种方法还可有效降低良性甲状腺结节恶变的几率, 有效的抑制结节恶变的速度; 治疗过程中对甲状腺功能和甲状腺自身免疫性抗体没有什么不良影响, 不也会对人的肝肾功能造成损害, 所以这个治疗方法相比其它的方法更安全、有效。

### 2.3 手术治疗

#### 2.3.1 甲状腺全切术

这个手术是要切掉全部的甲状腺, 才能达到彻底切除病根的目的。但是手术中有损伤喉部神经影响声带和甲状腺周围组织的风险。手术后患者容易引发甲状腺功能低下, 甲状腺激素分泌不足以支持机体的代谢, 并且需要长期服用药物进行替代治疗, 同时定期到医院进行甲状腺功能的复查。

#### 2.3.2 甲状腺叶切术(一侧)

这个手术是有针对性切除病变组织, 保留了一侧腺体正常的腺体组织, 这样的损伤是比较小的, 患者术后恢复较快, 相关并发症也比较少, 对于部分早期的恶性结节病变及大部分良性病变也适用。

#### 2.3.3 微波消融术

这个手术是近几年兴起的一种新型的, 费用也较高的治疗良性结节手术方法, 是一种微创手术, 可使结节缩小也可直接消除结节, 但这个手术会有一些的并发症, 有可能会造成喉返神经损伤, 出现声音麻痹等。不适用于恶性结节的患者。

#### 2.3.4 腔镜甲状腺手术

这是众多甲状腺结节手术治疗中的一种, 这种方法是利用腔镜进行手术治疗。这种方法可以在口腔前庭、胸前、腋窝、锁骨下方等身体隐蔽部位进行手术, 手术之后的伤疤也可被衣服遮挡且手术切口较小, 具有良好的美容效果, 不会影响人的美观。但不适用于较大的结节切除, 也不建议晚期恶性患者采用。

## 3 预后情况

对于绝大多数的甲状腺结节患者都是良性结节来说, 结节较小的情况下服用优甲乐以控制甲状腺素的分泌水平, 只要复查维持稳定对生活没有什么影响这样是最好的。如果服用抗甲状腺药物, 其中部分药物带有很强的肝肾毒性, 长期服用会对肝脏和肾脏功能造成不良影响,

所以患者一定要严格依照医生处方进行治疗。如果结节过大影响了生活就要进行手术切除, 不管是哪一种手术方式治疗, 术后还需服用药物来作为辅助治疗, 还需定期去医院做检查。大部分甲状腺结节都是良性的, 只要坚持服用药物是之分泌激素稳定, 这样是最好的, 不会对生活造成什么影响。甲状腺全切术治疗和甲状腺叶切除术治疗<sup>[10]</sup>相比较, 叶切除术治疗效果要好, 因为叶切除术治疗在同样保证患者的疗效的基础上, 还有很多优点, 比如减短手术时间, 减少患者在手术中的出血量, 住院时间也会缩短。虽然有些是良性结节, 但如果结节切除不彻底, 手术很大可能会残留一些微小结节, 增生的甲状腺组织也有部分没切除干净。近年来有研究表明, 如果手术中没有切除干净, 即使手术后及时补充甲状腺素使促甲状腺素达到水平, 但是也只是部分抑制, 无法彻底阻止结节再次增生, 最终导致了结节性甲状腺肿的复发。

## 4 预防措施

预防甲状腺结节的主要措施有以下几种方式: 一、在生活要保持良好的心态, 保持愉悦的心情, 不要轻易动怒生气和抑郁, 要提高自身承受力, 减轻压力感, 消除焦虑的、抑郁的情绪, 及时有效地疏导心理不良情绪, 多和朋友家人多交流, 积极预防甲状腺结节的发生。二、保持充足的睡眠, 我们不能经常性的熬夜, 特别是良性结节的患者更要保持充足的睡眠, 以防结节癌变, 对身体造成危害。要周期性的运动锻炼, 改掉不好的生活习惯, 每天都要保证充足的睡眠, 第二天才有饱满的精神, 同时还可预防甲状腺结节。三、饮食中要多吃蔬菜补充维生素, 要吃含碘的食物以维持一定量的碘的摄入。碘是合成甲状腺激素的原料之一很重要, 保持一定量的碘摄入, 由于碘缺乏而造成的甲状腺性结节就可以预防。四、定期去医院体检, 如果患病可以及早发现疾病, 及时的治疗, 不会给生活带来很大影响。五、父母要尽量避免孩子头颈部X线照射, 研究表明, 在儿童时期接触电辐射会大大增加孩子在之后患甲状腺结节的几率。工作会接触电辐射的人自己要做好自身的防护, 要注意防止辐射外泄, 不让生活、工作环境被放射性物质污染。六、社区和医院可以进行系统的宣传, 让更多的人了解此类疾病, 生活中的一些注意事项让人们知道此病的预防方式, 在一定程度上可以减少患病的人数。

## 5 结语

甲状腺结节又称甲状腺肿大, 有的地方俗称大脖子病, 是一种生活中常见的疾病, 现在它的发病率正在升

高, 癌变几率也很大, 患病年龄也是分布比较广, 不管是小孩还是大人, 这个病的患病人数都在增加, 尤其是中年妇女, 甲状腺结节可能会引起甲状腺激素分泌不足, 对女性怀孕也产生了很大的影响。虽然有些结节不会对人和人的生活有什么影响, 只会影响人的美观, 但严重的也会威胁人的生命安全。因此研究该疾病的有效治疗方法和相关预防措施, 对于维护家庭健康幸福以及提升国民幸福指数都有着重要意义。

#### 参考文献:

[1]冷松, 刘颖, 刘海霞等.大连市健康体检成人甲状腺结节流行病学研究[J].医学与哲学, 2011, 32(4): 22—24.

[2]Furlanetto TW, Peccin S, Schneider MA, et al. Prevalence of thyroid Nodules in 40 years-old or elder women[J]. Rev Assoc Med Bras, 2000, 46(4): 331—334.

[3]Jazbec J, Todorovski L, Jereb B. Classification tree analysis of second neoplasms in survivors of childhood cancer[J]. BMC Cancer, 2007, 7(1): 1—6

[4]白耀. 甲状腺病学—基础与临床[M]. 北京科技技术

出版社, 2004. 332—338

[5]朱砚, 李敬华, 王素莉. 甲状腺结节病因及危险因素的研究进展. 武警后勤学院附属医院, 2016, 15.

[6]王兆卒. 甲状腺性结节现代中医病因研究. 北京中医药大学, 2020.

[7]刘超, 唐伟. 甲状腺结节和甲状腺癌的病因学和流行病学[J]. 中国实用内科杂志, 2007, 27(17): 1331—1333.

[8]肖天梅, 李乐愚, 林泽宏, 等. 不同水平碘摄入量对甲状腺疾病的影响[J]. 临床医学, 2009, 29(12): 23—24.

[9]周圆圆. 软坚散结通络方治疗甲状腺结节的临床疗效观察, 2016

[10]刘伟纪. 甲状腺全切术与甲状腺叶切术治疗甲状腺结节的效果比较. 中西医结合心血管病电子杂志, 2016, 36

[11]于晓会, 单忠艳. 甲状腺结节病因学与流行病学再认识[J]. 中国实用外科杂志, 2010, 30(10): 840—842.