



## 为何甲状腺每家医院评级不同? 做腔镜手术会比较好? 碘盐能不能吃? 关爱甲状腺 守护颈部蝴蝶

医师唐丽娜、头颈外科副主任医师吴宇,一起探讨甲状腺的健康知识。截至目前,多平台在线观看与回看人次超27万。

直播中,专家和网友互动频繁。我们通过前期间卷调查、多平台留言区以及卫生报专病交流群等,多渠道收集网友问题,实时向专家咨询。留言达数百条,不少网友提出甲状腺结节检查、甲状腺癌术后治疗、日常饮食等方面问题。许多专家接诊过的患者也特意来直播间,表达了对专家们的感谢。



□本报记者 刘伟芳

随着甲状腺超声检查的普及,甲状腺结节检出率明显增加,什么是甲状腺结节?为什么会得甲状腺结节?甲状腺结节会癌变吗?……

7月8日晚,《大医生开讲》请来三位福建卫生报健康大使——福建省肿瘤医院头颈外科主任医师刘辉、超声科主任

### 1 女性发病多 但男性恶性率高

为什么现在身边那么多人有甲状腺结节?

刘辉表示,最主要是由于体检的普及和医学检查技术的提高。甲状腺异常检出率跟年龄呈正相关,年龄越大,异常的几率越高,女性更容易“中招”,但男性

甲状腺结节恶性的风险更大。此外,年龄越小发现结节,恶性率越高。

甲状腺结节遗传性低,但小部分人呈现家族聚集性。此外,压力过大、肥



刘辉

胖、吸烟、放射性接触史、碘过度摄入或摄入较少、自身免疫因素如Graves病、桥本氏甲状腺炎等也会导致甲状腺结节的增多。

### 2 不同医院检查报告不同 可能和经验以及系统相关

甲状腺结节大部分没有症状,通常通过查体或影像学检查发现。

唐丽娜介绍,甲状腺结节检查方法有超声、CT、磁共振、PET-CT。其中,超声简便无辐射,检查特异性和敏感性较高,准确性可达74%~85%,是诊断甲状腺结节的首选检查方式。

甲状腺结节检查最主要作用是判断良恶性。通常医生会通过结节的大

小、形态、边界、边缘、是否伴钙化以及侧颈淋巴结的情况来诊断。如果超声显示结节呈极低回声、边缘不规则、纵横比大于1、微钙化、向腺外浸润等情况,考虑可能是甲状腺癌。

需要注意的是,超声检查诊断与每个医生的经验有关。且上述提到的单一可疑恶性征象,特



唐丽娜

异性和敏感性较低。因此,超声科会使用甲状腺影像报告和数据系统(TI-RADS分类),用来综合评估结节的恶性风险。但不同医院使用的TI-RADS分类系统不同,因此评估结果可能也不同。建议到更专业的医院,找有经验的医生诊断会更为准确。

### 3 十字花科蔬菜和碘盐 患了结节也能吃

非常多网友关心,患了甲状腺结节,饮食有没禁忌?吴宇表示,要看甲状腺结节有没有合并其他症状。

1. 甲亢患者合并甲状腺结节:建议要低碘饮食。

2. 桥本甲状腺炎合并甲状腺结节:理论上与碘的关系不大。但如果碘摄入过多,也会导致甲状腺炎的加重,因此,建议适量碘饮食。

3. 无功能性的甲状腺

结节:正常饮食即可。

提醒的是,碘盐中碘的含量并不是特别高,因此,有甲状腺结节不用特意规避碘盐。含碘量高的食物其实是海带、紫菜等,需低碘饮食的人群要特别注意。

此外,近年来,很多网络文章里提到十字花科的蔬菜(如西兰花、白萝卜、



吴宇

芥菜等)会减少甲状腺对碘的摄取,从而导致甲状腺的增大。但其实这种情况是非常极端的,需要在无碘盐、无海鲜摄入,同时大量食用十字花科蔬菜的情况下,才有可能发生。因此,正常人生活中不用刻意避开这些蔬菜。相反,十字花科的蔬菜对预防肿瘤和心血管病有很好的作用,建议食用。

### 4 绝大多数的结节不用手术 腔镜手术不微创

发现甲状腺结节要手术吗?刘辉表示,甲状腺结节85%~90%都是良性的。绝大多数良性结节只要观察就可以。哪怕是恶性的,小于0.5厘米,没有靠近神经、气管、肌肉表面等高危因素,也建议随访观察。

如果良性结节过大,影响外观,或压迫气管、食管,或有甲亢倾向,需要手术治疗。当然,恶性结节,特别是大于0.5厘米,需要积极手术治疗。根据术后的病理结果进行危险分

层,实施内分泌及碘131治疗。

此外,很多人门诊时询问,甲状腺癌手术治疗是否可用微创,即腔镜手术呢?刘辉特别强调,腔镜下治疗甲状腺,其实只是避免了颈部疤痕形成,影响外观。腔镜手术一般需要经胸乳、腋窝、口腔等途径达到手术目的,创伤比普通的颈部手术还要大。甲状腺腔镜手术更多的意义是满足病人的心理需求。

### 5 良性结节 可试试热消融技术

近年来,在甲状腺结节的治疗上,常常出现一个词——消融术。唐丽娜介绍,消融治疗术相比传统手术和腔镜手术,无需开刀即可治疗甲状腺结节。

大多数甲状腺良性结节只要随访观察,部分需要治疗。其中热消融,包括微波消融、射频消融及激光消融等;而超声引导下的甲状腺结节热消融治疗是一种体内原位灭活肿瘤以达到局部根治(热切除)的技术手段,它安全、有效,与外科手术疗效相似,1年平均缩小率可以达80%以上,更具微创、并发症少、无疤痕等优点,满足美容需求,最大限度保留了甲状腺功能,国内外指南一致推荐可以作为甲状腺良

性结节手术的替代方法。

什么样的良性结节可以热消融?

(1) 超声和FNA或CNB证实为良性结节,并具备结节最大径 $\geq 2.0$ cm、实性部分 $\geq 20\%$ 。

(2) 自主功能性结节引起甲亢症状。

(3) 患者存在与结节明显相关的自觉症状(如异物感、颈部不适或疼痛等)或影响美观要求治疗的。

(4) 手术后残余复发结节,或结节体积明显增大;但对于巨大胸骨后甲状腺肿或大部分甲状腺结节位于胸骨后方以手术为主,对无法耐受手术麻醉者,可考虑分次消融或姑息性治疗。

(下转15版)

活动组织

主办单位:《福建卫生报》社、福建日报·新福建客户端  
协办单位:福建省肿瘤医院