



得了甲状腺结节咋办

□本报记者 林颖 陈香

随着甲状腺体检的普及,越来越多的人在体检时查出了甲状腺结节,这让许多患者谈“结”色变,同时也对如何治疗充满了困惑。

3月27日,《大医生开讲·省立直播间》邀请了福建省立医院内分泌与代谢病医学中心的三位专家——内分泌科主任医师温俊平、甲状腺(疝)外科主任医师顾恩郁、超声医学科主任医师吴松松,共同探讨甲状腺结节的相关知识。

短短一个半小时直播,观众们提出了百余个问题。直到直播结束,许多意犹未尽的观众还继续转战“甲状腺健康交流群”,与专家进行更近距离的交流。

截至发稿,本期节目在福建卫生报直播平台、视频号、抖音号、福建日报视频号、福建省立医院视频号等多平台的观看与回看量超40万人次。

01 甲状腺结节和碘真是“冤家”吗

“得了甲状腺结节就不能吃碘盐和海鲜”是长期流传在民间的说法,直播一开始,温俊平就针对福建沿海民众特别关心的问题作出了解释。

他表示,碘是人体必需的微量元素,对于甲状腺激素的合成和分泌具有重要作用。摄入过多的碘或者长期缺碘,都可能导致甲状腺结节的发生。如果想知道自己平时碘摄入量是否合适,大家不妨到医院做个尿碘检查,早上随机的一次尿检就可以判断。

此外,目前没有确凿证据证明吃碘盐、海鲜会刺激甲状腺结节的生长,患者不需要太严格的禁忌,以免造成心理上的负担。



02 甲状腺结节的诊断检查

“甲状腺结节越大风险就越高吗?”“结节有血流信号需要警惕吗?”“甲状腺报告分类标准怎么看?”这些在门诊中最常被问的问题,在直播中同样成了观众关注的焦点。

为此,吴松松现场“开课”,指导观众读懂甲状腺结节超声检查



报告。他指出,甲状腺结节的“好坏”不能只看大小,结节血流多少与良恶性的关系也并不绝对。为了区分结节的好坏,超声科医生一般会在超声报告上对甲状腺结节进行0~6级的划分。

如果超声结果显示是1~2级,一般都是良性,如果显示3级,绝大部分为良性,可半年随访一次。假如到了4级及以上,其恶性风险会随之提升,患者可相应增加随访的次数,必要情况下及时治疗。

“在患者中,比较焦虑的是评级为3级或4A级的患者,他们总



担心自己的结节会不会从良性转为恶性。事实上,甲状腺结节从良性转恶性的概率低于5%,而且一般是因为某些恶性结节在早期形似良性,导致了主观上的误判。因此可通过半年一次的随访,进一步明确结节的性质。由于恶性甲状腺结节生长缓慢,在随访过程中有充足时间来应对,患者不用太过焦虑。”吴松松说。

03 “1+N”模式的就诊间搬到了直播间

对于甲状腺结节,选择怎样的治疗方式,结节该不该切,往往让患者十分纠结。患者在内科、外科、超声科就诊时可能会听到不同的治疗意见,甚至是相反的建议,让患者听完犯蒙,无所适从。

针对这一情况,省立医院构建了“1+N”的多学科诊疗模式,对病情复杂,诊治方案需要多学科参与商讨、制定的患者提供多

学科会诊服务。昨天直播中,三位专家就将“1+N”模式的就诊间搬到了直播间,为许多线上咨询结节是否需要手术的患者提供参考建议。

顾恩郁表示,结节是否要手术,首先要通过穿刺明确性质。多数良性结节可以在内科长期随访观察,明确恶性的结节,或超过四五厘米的良性结节,可考虑手术切除。

对于3厘米以下良性结节,顾恩郁则推荐了省立医院超声科开展的一种微创介入治疗手段——射频消融术。

据吴松松介绍,射频消融是在超声“透视眼”的引导下,用一根细细的消融针捣毁瘤体组织。它不仅创伤小,不会留下疤痕,也不会损伤腺体,避免终身服药,给甲状腺结节患者带来了福音。

目前,射频消融术在省立医院已开展十年,每个月可治疗一百多例甲状腺结节患者,患者术后的复发转移率与手术切除没有明显差异。

如果良性结节大于3厘米,患者对手术切除有天然恐惧,且术后对美观的要求较大,就可以预约省立医院每周二下午的内分泌甲状腺专科门诊,通过多学科医生会诊,最终确定一套适合自己的治疗方案。



温俊平指出,多个不同专业的医生坐在一起讨论,最终给患者一个共同的最佳治疗意见,这样既减少了过度治疗,也避免了延误治疗,患者减少了在不同科室间奔波时间,还得到了最佳治疗建议,实现了利益最大化。

主播观察

在福州,听到别人叫你一声“依哥”,只能说明你是个男的。

同理,体检报告上有个结节,只能说明你身体里有个小团块。

现在检查手段越来越灵敏,有些直播网友说,体检没发现“三大劫”——甲状腺结节、肺结节、乳腺结节,都不好意思说自己做过体检。

大多数情况下,结节和癌症

之间的距离,就像是小学生考虑“上清华还是上北大”这么远。但是若出现这几个词:有毛刺!分界不清!丰富血供!就需要高度警惕,这多半是恶性结节的标志,请找医生及时处理。

直播中有观众提问:甲状腺癌是“惰性癌”吗?相对来说转移是不是比较少?

顾医生提醒大家,甲状腺癌常见有四大类型:乳头状癌、滤泡

状癌、髓样癌、未分化癌,其中若是运气不好确诊未分化癌,基本半年内就会面临死亡,恶性程度甚至超过了部分胰腺癌,是否“惰性”,要看病理分型。

临床中90%以上是乳头状癌,相对进展较慢。甲状腺癌的淋巴转移,并不少见,1+N的模式很好地解决了特殊类型患者的需求,能够让治疗团队采取最优方案进行诊疗。



添加微信加入卫生报甲状腺健康交流群

活动组织

主办单位:福建卫生报、福建日报·新福建客户端
协办单位:福建省立医院
特别鸣谢:大福盛茶健康餐食