

甲状腺癌术后 碘-131 治疗何时合适

碘-131 治疗作为分化型甲状腺癌术后辅助治疗的重要手段之一备受关注。对于甲状腺癌术后患者而言,何时是碘-131 治疗的最佳时机呢?

了解碘-131 治疗

碘-131 治疗,全称为放射性碘-131 治疗,是一种利用放射性元素摧毁残留甲状腺癌细胞的治疗方法。甲状腺组织本身具有摄碘功能,有放射性的碘-131 被甲状腺癌细胞高度吸收,从而实现了对癌细胞的精准打击。

最佳时机的考量因素

1. 身体恢复情况:

术后患者需要一定时间恢复,以确保能够耐受碘-131 治疗的副作用。治疗前需促使甲状腺激素(TSH)水平升高至30mIU/L以上,此时患者处于甲减状态,可能出现疲乏、情绪低落等症状。因此,身体状况是决定治疗时机的重要因素。

2. 肿瘤分期与复发风险:

低危组甲状腺癌患者通过根治性手术切除后,往往不需要额外的碘-131 治疗。而对于中高危组甲状腺癌患者,由于复发和转移的

风险较高,碘-131 治疗显得尤为重要。通常,术后1个月左右是开始碘-131 治疗的推荐时间,但具体时间还需根据患者的具体情况和医生的建议来确定。

3. 其他因素:

由于国内碘-131 治疗资源有限,许多医院实行预约制,排队时间通常较长,实际治疗时间多为术后3~6个月。这一时间段既可为患者提供充足的术后恢复时间,也能减少治疗过程中的不适。

个体化治疗原则

碘-131 治疗的最佳时机并非绝对,而是需要根据患者的个体化情况进行调整。例如,对于年龄较大、体质较弱的患者,可能需要适当延长治疗前的恢复时间;而对于肿瘤分期较晚,复发、转移风险较高的患者,则应尽早开始碘-131 治疗,以控制病情进展。

治疗前后的注意事项

1. 治疗前的准备工作

为提高碘-131 治疗效果,患者需进行充分的治疗前准备,主要包括:

- 停用甲状腺抑制药物:如优甲乐、雷替斯等,通常需停用2~4周,以使TSH水平升高,促进甲状腺组织对碘-131的摄取。
- 饮食调整:治疗前两周需遵循低碘饮食,避免含碘量高的食物(如海带、紫菜、海鲜等),以提高碘-131吸收效果。
- 避免碘对比剂检查:治疗前3个月内应避免增强CT或增强MRI等含碘造影剂的检查,以免影响碘-131吸收。
- 人促甲状腺激素(rhTSH)应用:部分患者可通过注射rhTSH(重组人促甲状腺激素)代替停药升高TSH水平,从而避免甲减状态引起的不适。rhTSH通过刺激甲状腺组织摄碘,但对身体其他系统影响较小,特别适合高龄患者或有严重基础疾病的患者,能够显著改善治疗前的生活质量。

2. 治疗期间的注意事项

- 隔离防护:碘-131具有放射性,治疗期间患者需在医院隔离,避免与他人密切接触,尤其是孕妇和儿童。
- 饮食与生活习惯:以清淡、低盐、低脂饮食为主,避免含碘食物,保持良好的作息习惯。
- 心理调整:隔离期间可能会出现焦虑情绪,患者应保持乐观心态,积极配合治疗。

3. 治疗后的随访与复查

- 碘-131治疗结束后,需定期复查和随访,以评估治疗效果并监测病情变化。
- 首次复查:通常安排在治疗后1个月左右,内容包括甲状腺功能检查、影像学检查等。
- 后续随访:根据病情稳定情况,复查间隔时间逐渐延长至每3~6个月一次,长期随访有助于及时发现复发或转移的风险。

总的来说,甲状腺癌术后进行碘-131治疗的最佳时机需要综合考虑患者的具体情况,如病情程度、身体状况等。最重要的是,通过科学合理的治疗计划和细致周到的护理,尽可能提高治疗效果,减少疾病复发和转移的风险,让患者获得最大的健康收益。

(作者:陈顺金 福建省肿瘤医院 头颈外科 副主任医师)

梗在心头的“剑”

心肌梗死俗称心梗,一听这个词你想到了什么?心脏骤停可能会有哦!老年人才会梗吧?那您就大错特错啦!

据新闻报道:汕头市民陈先生发病倒地,被医生诊断为心梗,平时在酒吧工作的20岁小伙儿因长期熬夜,突发心梗,看到了吧,人家心梗,可从来不挑食,什么老爷爷、怪蜀黍、小鲜肉他都来者不拒。心梗来了,三招毙命:“他”先在您的胸口踹一脚——心绞痛,再朝您的脑袋来一拳——昏迷倒地,最后朝您的心脏捅一刀,打完收工,24小时之内就能解决战斗,人家心梗向来是以出手快、下手狠著称的。

在我国,心肌梗死的发病率逐年上升,而且根据数据显示,它已经越来越喜欢找小鲜肉了,谁让你整天就知道熬夜、泡吧、打游戏呢,心梗不找你找谁!心梗来势汹汹,一旦发病便会十分凶险,甚至失去宝贵的生命,但请大家记住一点,心梗可怕但却可防可控,所以我们很有必要来科普一下这方面

的内容。

心肌梗死又叫心肌梗塞,是冠状动脉闭塞,血流中断,使部分心肌因严重而持久的缺血缺氧而发生局部坏死。冠状动脉一旦堵塞,心肌就缺血了,然而心肌在垂死挣扎的紧要关头,还不忘派出通信兵去向人体的最高司令官大脑报警:求支援!没吃、没喝、断粮了!!!这个时候您会感觉到胸口疼痛,心肌也会寻求身边的兄弟姐妹和他一起呼救,所以您才会觉得牙疼、咽喉疼、胳膊疼等,这就是身体对您最后的警告了。如果这时候您还不以为意,甚至对医生的忠告视若无睹,悲剧就有可能随时发生。

如果您碰上心梗病人,请莫慌,让我来教您几招!让病人安静地平卧,不要随意走动!并立即拨打120,准确报告患者出现了胸痛的症状和详细的发病地址,有条件的可以先让病人服下速效救心丸或者舌下含服硝酸甘油,等待最精锐的救援部队——120医护人员火速到来。如果在等待急救医

生到达前患者突发心脏骤停,请您用力按压患者双乳头连线处,频率为120次/分钟,您的快速反应可以挽救一个宝贵的生命!

心肌梗死是由于您的血管

大家心里可能都在说:心梗这么可怕,我可不想心梗啊!别急!四招就可以让心梗远离你!

第一招:遵医嘱服用药物:如硝酸甘油、阿司匹林等。

第二招:戒烟。香烟中含有很多有害物质,其中危害最大的是尼古丁和一氧化碳,尼古丁会使血管收缩,进而导致血压上升、血管受损,而一氧化碳会损害动脉壁,导致胆固醇沉积在血管上。这时候你就离动脉硬化不远了!

第三招:控制三高,即高血压、高血糖、高血脂。这三个家伙在血管的病变过程中可谓是无处不在,高血压和高血糖往往先来

发生了严重的堵塞,那么医生要借助导丝带着通血管的工具,把您的血管给疏通疏通,严重的话还需要在您的血管放一个支架(金属支架或者药物支架等),为您的血管撑起一片天。

打头阵。来个大招把你的血管壁直接损伤掉,紧接着,多余的脂质和糖马上就会堆积在损伤处,形成血栓。所以,有以上三种疾病的患者一定要积极治疗,以防引发心梗!

第四招:合理饮食,加强锻炼。多吃蔬果和高纤食物,一定要少盐少糖,少油脂!可再不能胡吃海塞了!还要进行适当的有氧运动,比如练习八段锦等,而且也要循序渐进,因人而异,全面发展,持之以恒!当然早睡早起也很重要啦!要是您还是熬夜泡吧打游戏,就等着心梗来敲门吧!

心梗很可怕,但却可防可控。现在我们了解到了心梗的症状以及如何预防,相信通过分

享,大家离健康的生活又更进了一步,祝愿大家心肌健康,永葆青春!

(作者:吴丽萍 福建医科大学附属第一医院 心内科 主管护师)