



受访专家：  
山东省千佛山医院肿瘤微创科主任、内科副主任 刘元水  
山东省千佛山医院肿瘤微创科副主任 张学德

□记者 阙乐乐

记者：甲状腺结节在体检中的检出率是比较高的，是什么原因导致的呢？

专家：甲状腺结节体检中检出率近年来比较高，最主要的原因有：

1. 既往检测技术不发达或者不重视，近年来随着超声的广泛应用，人们对甲状腺疾病的重视，导致检出率越来越高；

2. 社会压力增大，容易发生内分泌变化，特别是女性更加明显，而女性雌激素与甲状腺关系密切，内分泌水平改变易刺激结节的形成。长期的抑郁、紧张、压力，也容易导致甲状腺结节；

## 甲状腺报告这两点要看懂

结节危不危险？看懂这个分级

对于甲状腺肿瘤的诊断，超声诊断报告上都会注有 TI-RADS 分级。TI-RADS 共分为 7 级：0 级指超声影像学评价不完全，需要进一步评估，建议结合实验室检查或其他影像检查；1 级为阴性发现，指未发现甲状腺结节，只要定期查体即可；2 级为良性发现，只需常规随访即可；3 级为可能良性发现，最好每 3 个月至 6 个月复查一次；4A 级为低度可疑恶性，建议穿刺活检或每 3 个月复查一次，如患者心理压力较大，也可手术治疗；4B 级为中度可疑恶性，建议穿刺活检或手术切除；4C 级为高度可疑恶性，一般建议手术切除；5 级为典型恶性征象，建议手术切除；6 级则是已经经过活检，被证实为恶性肿瘤的结节。

手术还是观察？两个标准判断

可以观察的结节需同时具备 6 个条件：非病理学高危亚型；肿瘤直径 5mm；肿瘤不靠近背膜且无周围组织侵犯；无淋巴结或远处转移证据；无甲状腺癌家族史；无青少年或童年时期颈部放射暴露史。

以下 7 个条件具备任意其一，就应手术：甲状腺癌家族史；青少年或童年时期颈部放射暴露史；已确定或高度怀疑淋巴结或远处转移；有腺外侵犯；高危亚型：高细胞/柱状细胞/弥漫硬化/实体/嗜酸细胞亚型；穿刺标本检测 BRAF 基因突变阳性；瘤灶短期内进行性增大（6 个月内直径增大超过 3 毫米）。 据《城市快报》

# 甲状腺结节检出率高，会发展成癌吗？

甲状腺结节是一种常见病，近年来发病率呈上升趋势，以女性多见。很多人甲状腺结节的发现是体检时甲状腺 B 超检查发现的，也有的患者因为觉得脖子越来越粗，进行检查发现甲状腺结节。2015 ATA 指南表明：在美国人群触诊甲状腺结节妇女和男性中分别为 5% 及 1%，超声检出率 19%—68%，其中 7%—15% 甲状腺癌。美国 2009 年 37200 例，2014 年 63000 例，5 年增加了 1 倍。按人口算，中国至少每年新发病例 30 万人，患病率约 1 亿人左右。

3. 碘摄入过量或不足，也容易导致甲状腺结节。平时饮食里添加的都是碘盐，可能会引起碘过量，有些地方长期缺碘也是导致甲状腺结节原因；

4. 甲状腺反复增生和代偿过程中形成甲状腺结节，机体内甲状腺激素相对不足的情况下，垂体分泌促甲状腺激素分泌增多，甲状腺在这种激素长期刺激下，反复或持续增生导致甲状腺不均匀性增大和结节样变；

5. 遗传因素，甲状腺结节与遗传有着很大的关系；

6. 青少年接受头颈部辐射也可能是甲状腺结节原因。

记者：自己摸脖子，有硬块就是甲状腺结节吗？与其他“大脖子病”有什么区别？

专家：甲状腺肿和甲状腺结节不是一种病。有些人摸到自己脖子有肿块，可能会认为自己得了甲状腺结节，但事实上不是。

甲状腺结节是指甲状腺细

胞异常增生导致局部肿块。而甲状腺肿主要是由于缺碘造成的甲状腺本身的肿大，也就是常说的“大脖子病”。

记者：除了脖子能摸出来，甲状腺出问题还有哪些先期表现？

专家：甲状腺出问题除了局部肿大，有些甲状腺结节可以自主分泌甲状腺激素，导致甲亢，引起怕热、心慌、容易激动等，也可导致甲状腺激素分泌减少，导致甲减，出现畏寒、嗜睡、腹胀、没精神等情况。

记者：甲状腺结节会发展成甲状腺癌吗？

专家：甲状腺结节中有一部分本身就是恶性的，但是也有一部分甲状腺结节本来是良性的，随着病情发展可能会发生恶变，导致甲状腺癌。

记者：即便查出是良性甲状腺结节，为了保险起见，不少人也会选择手术切除，这有必要吗？

专家：良性甲状腺结节不

是所有的都要手术，只有那些恶性的、有恶变倾向的、增长迅速的、导致甲亢的以及巨大结节导致压迫症状的结节才需要手术切除。

记者：对于甲状腺癌，现在的治疗方式有哪些？

专家：甲状腺主要治疗是手术切除，有些术后还需要口服碘 131 治疗，另外还需要服用甲状腺素片治疗。

记者：相较于其他癌症，甲状腺癌的生存率如何？

专家：甲状腺癌相比较其他癌症预后好，尤其是乳头状和滤泡状甲状腺癌，10 年生存率都在 90% 以上。

记者：平时生活中，我们该怎么防范甲状腺结节和甲状腺癌？

专家：1. 注意适当摄取碘，不要过量也不要缺；2. 尽量避免电离辐射；3. 保持心情愉快，减少负面情绪也有助于减少甲状腺癌和结节发生。

## 甲状腺结节女性备孕碘盐可以吃

有些备孕女性担心，体检时查出甲状腺结节还能怀吗？能放心吃盐吗？专家表示，孕妇缺碘反会导致胎儿大脑不可逆的损害。碘是人体必需的微量元素，是人体甲状腺用来合成甲状腺激素的主要原料。

从怀孕 12 周开始，胎儿甲状腺即开始吸收碘；随着胎儿的发育和母亲新陈代谢需求的增加，母亲需要摄入更多的碘。如果这时缺碘达到某种程度就可能引起母亲和胎儿低甲状腺素血症，导致胎儿大脑不可逆的损害。根据世界卫生组织的建议，正常人群每天摄取碘量为 150 微克，孕妇每日摄取碘量为 220 微克，哺乳期 290 微克。

所以，妇女怀孕和哺乳期间需要多吃海带、紫菜、海白菜、海鱼、虾、蟹、贝类含碘丰富的食物。

据大楚网

## 儿童也会得甲状腺癌

### 家长注意观察孩子脖子、声音及面部变化

儿童患甲状腺癌的情况较为罕见，但近年来儿童甲状腺癌病例亦时有发现，且年龄越来越小，发现时肿瘤分期也相对较晚。去年，香港大学深圳医院接诊了年龄最小的甲状腺癌患者，一名 5 岁的女孩，那是第四例 13 岁以下的患儿。

医生提醒，家长要定期带孩子查甲状腺彩超，平时注意观察孩子以下症状变化：

1. 脖子变化：脖子变粗变硬，颈部异常肿块，以及淋巴结扩散。

2. 眼部的改变：颈部交感神经受压时，会出现同侧瞳孔扩大的症状，眼球下陷，眼睑下垂，瞳孔缩小。

3. 吞咽困难：食管受压可引起吞咽困难一般较少见，仅见于甲状腺腺肿伸入食管与气

管之间，或有恶性变时此时常出现甲状腺持续性下咽困难的症状。

4. 音调改变：喉返神经受压时起初多出现刺激症状，如声音嘶哑及痉挛性咳嗽，当喉返神经麻痹后常出现严重的嘶哑与失音。

肿物过大时，会使气管移位弯曲或狭窄而引起严重的呼吸困难。

5. 面颈部淤血：甲状腺腺肿常使大血管受压颈静脉受压多见，此时面颈部淤血如腺体癌伸至胸骨后往往压迫大静脉若压迫，上腔静脉时则头颈部静脉血回流受阻可引起颜面水肿颈静脉曲张，胸部皮肤和上臂亦有水肿及明显的静脉曲张。

据《南方日报》

## 1 毫米细针也能“消”掉结节



如今，医学技术高速发展，治病方法也可以根据病人情况“私人订制”，在甲状腺疾病的治疗上亦是如此。拿甲状腺结节来说，就有西药、手术、微创消融、

中医等多种治疗方法。这其中，微创消融术由于创伤小，更安全，成为一种新的选择。

甲状腺结节是实体组织，药物治疗只能控制发展，不能根治，因此手术是解决肿块的根本之策。微创消融术和普通手术既有相似之处却又不同。

甲状腺结节微创消融是在局部麻醉下进行，通过超声精准引导，将外径 0.1cm 的消融电极针经过皮肤穿刺到达甲状腺结节部位，通过消融电极针的尖端

产热，破坏局部组织的血供使其灭活，然后人体逐渐吸收达到治疗的目的。传统外科开放手术需切掉患者部分或全部甲状腺，会在颈部留下 8—10 厘米长疤痕，创伤大、痛苦大，术后患者多需终身服用药物来替代甲状腺功能。微创消融术由于不用开刀，创伤小、痛苦少，更安全。整个手术过程只需 15—20 分钟，住院观察 2—3 天即可出院。不损伤腺体组织及邻近器官，完整保留甲状腺及其功能，即便是早期恶性病变组织，经消融亦可有效抑制肿瘤细胞扩散。适用于结节性甲状腺肿、甲状腺结节、甲状腺

腺瘤、甲状腺囊腺瘤，及早期的微小甲状腺癌患者等。

但专家也提醒，虽然微创消融术免去了留疤的弊端，但风险也是存在的，并且不能保证甲状腺结节治疗后不反复。因为针管扎入甲状腺组织细胞，而甲状腺周围组织神经丰富，包括喉上神经、喉返神经、气管、食管等，所以微创手术更需要精准，对医生技术要求更高。另外，消融手术中会有出血、断针风险。

此外，并不是所有甲状腺结节都使用微创手术，需要根据检查结果和听取医生建议后决定。 记者 阙乐乐



刘元水

主任医师、教授，山东省千佛山医院肿瘤微创科主任、内科副主任。

从事临床肿瘤治疗工作 30 余年，自 2001 年以来专注于肿瘤微创，尤其擅长各种良恶性肿瘤的氩氦刀、微波、射频消融、化学消融以及粒子植入治疗，具有深厚的肿瘤内科治疗基础，有机地把肿瘤微创和肿瘤内科治疗结合起来，对恶性肿瘤给予局部和全身治疗，有效延长肿瘤患者生存期，改善生活质量。



张学德

医学博士，副主任医师，山东医学会消化介入分会肝病学组委员；山东医师协会综合介入分会消融学组委员。

从事肿瘤治疗 10 余年，熟练掌握肿瘤内科治疗以及微波、射频消融、氩氦刀、粒子植入以及血管介入等肿瘤介入治疗，尤其对肿瘤靶向、免疫治疗等最新治疗方法有较深入的研究。

## 甲状腺癌手术后饮食注意补碘

1. 宜多吃含碘量高的食物，如海带、紫菜、发菜、淡菜、干贝、蛭、海蜇、海参、龙虾、带鱼、鲈鱼、鱼肚、蚶、蛤、甲鱼。

2. 宜多吃具有消结散肿作用的食物，包括菱、芋艿、油菜、芥菜、猕猴桃。

3. 宜多吃具有增强免疫力的食物：香菇、蘑菇、木耳、核桃、薏米、红枣、山药。

推荐食谱：紫菜蛋花汤

据《羊城晚报》