

想一劳永逸切除甲状腺结节,结果被告知得终生服药 女子担心癌变执意手术“白挨一刀”

□本报记者 徐日明

不久前,市民王女士体检时查出了甲状腺结节,因担心癌变而执意选择了手术,却没有得到期待中的一劳永逸,反而被告知需要终生服药。近日,42岁的市民王女士来到哈尔滨市第二医院接受甲状腺激素替代治疗,

记者采访中了解到,像王女士这样本着“担心癌变”、“一割了事”等心态而手术的患者并不罕见。对此内分泌科医生表示,这不是“白挨一刀”那么简单,因为结节手术可能会对甲状腺体组织有损伤,有可能造成甲状腺功能减退症,该病不可治愈,需要终生服药,因此“一劳永逸”并非所有人的最佳选择。

女子查出甲状腺结节

两个月后再查就“长大了”

两个月前,王女士在体检时被查出了甲状腺结节,结节直径为1.5厘米,还好是良性的。良性报告并没有带来足够的安慰,王女士的担忧反倒与日剧增,每天都惦记着这个结节。

根据医嘱,王女士应该在一年后复查,然而王女士由于过度担心,在体检后两个月即去复查,检查结果令王女士感到更加恐惧,原来直径1.5厘米的结节长到了1.6厘米。虽然医生表示2厘米以下的结节观察即可,但王女士却还是放心不下,因为以她的逻辑,两个月即增长了1毫米,那么以此推算,再过8个月结节直径就会突破2厘米警戒线了。

对此医生表示,因仪器设备、检测手法、测量角度不同,如此小的差距并不足以说明结节变大了,但王女士的“担心”太重了,再次来到医院时,王女士坚决要求手术。“不能留着它了,还是割掉了清静。”在王女士的一再坚决要求下,医生无奈为其做了手术,王女士一块石头终于落了地。

本想一劳永逸

白挨一刀还要终生服药

“这下一劳永逸了吧?”但是王女士很快就发现自己的想法简单了,因为在手术之后王女士逐渐出现困倦、乏力,而且添了便秘的毛病。她来到哈尔滨市第二医院内分泌科检查,诊断为甲状腺功能减退症。内分泌科主任、医学博士

冷蕾表示,甲状腺术后甲减是甲状腺手术后常见的并发症,而这种损伤则是不可逆转的。在腺体出现了不可逆的损伤之后,功能就会有所减退,会出现全身浮肿、乏力、精神状态差以及便秘等症状。

冷蕾主任表示,“甲状腺术后甲减要根据不同情况调整甲状腺素片的剂量,促甲状腺素TSH水平大于10,建议用甲状腺素片终身替代治疗。如果TSH水平在5—10之间,我们称之为亚临床甲减,此时根据临床症状决定是否应用甲状腺素片替代治疗。如果患者是甲状腺乳头状癌术后,需要把TSH控制在0.1—0.5之间,抑制癌细胞复发。”

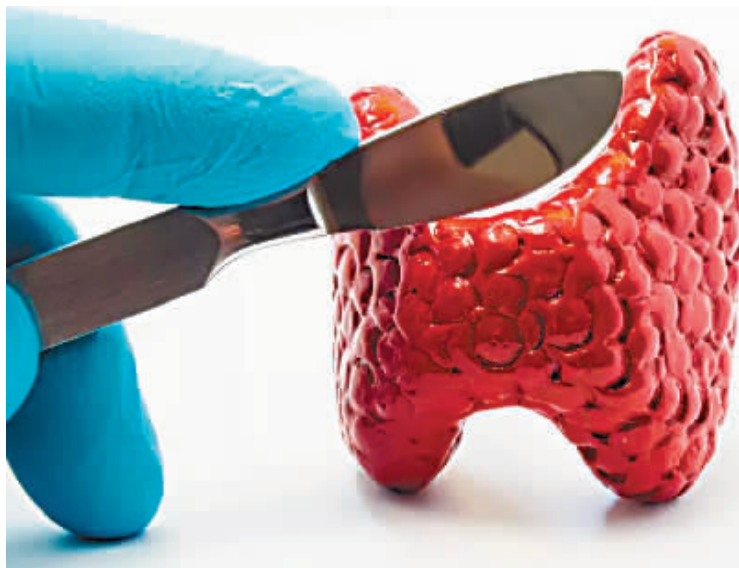
甲状腺结节≠甲状腺癌

恶性结节只占5%—15%

王女士对自己的决定后悔不已,然而在病房中她发现,和她一样的患者并不罕见。“在临床上像这名患者一样担心癌变、选择切掉结节的患者并不在少数。”据专家介绍,甲状腺结节是一种高发疾病,根据流行病学调查,发病率最高可达70%,也就是说在十个人中大约有五至七个人存在结节,其中绝大多数都是良性结节,只有5%—15%左右的结节是恶性的。

在检查出结节之后,医生一般会对患者通过结节的形态、质地、边缘情况以及钙化等情况进行评分,来区分良性与恶性。如果存在恶性征象较多,医生会建议患者进行甲状腺细针穿刺活检,该方法为区别良、恶性结节的“黄金标准”。

冷蕾表示,只要是良性结节且直径



不是特别大,通常不需要用药或手术治疗,可半年至一年随访一次B超、甲状腺功能检查监测结节的变化。如果是良性结节较大,已经出现了压迫气管、吞咽困难等情况,或是出现了甲状腺功能异常,还是应该手术治疗。

对于患者们担心的良性结节会随着时间推移而出现恶变这一问题,冷蕾主任认为,一般来说,确定为良性的甲

状腺结节不会发生恶变,这是因为甲状腺癌和良性结节在遗传进化上是两种完全不同的组织起源,已经确定为良性的结节,变成恶性细胞的概率比较低。不过,这也不意味着良性结节完全不会出现恶变,因为良性结节的细胞在某些特殊情况下(例如放射性射线辐射等)也可能悄悄出现突变,形成新的恶性结节。

医生说法



了解病因 有效预防

“良性结节可以与我们的‘长期共存、相安无事’,不必过度担心,有效预防甲状腺结节及其进展,在日常生活中,应该注意养成良好的生活习惯、合理减压、不熬夜、保证充足的睡眠,同时合理运动、劳逸结合。多吃新鲜水果蔬菜,避免油腻、辛辣刺激的食物。管理好情绪对于甲状腺结节的预防意义重大,尽可能保持情绪稳定,不要情绪反复无常。注意少接触各种高频电离辐射,如X射线、核辐射、碘131、微波等高频辐射,保持碘盐摄入平衡。”冷蕾说。

据介绍,甲状腺结节的形成原因尚无定论,但是与遗传因素、头颈部放射线接触史、碘摄入不足或过量、自身免疫功能紊乱和情绪焦虑抑郁等有关,因此盲目切除并不是最佳办法,也极难做到一劳永逸。做到规律生活,在检查出结节后遵医嘱定期复查,才是良方。

为控血糖日行超万步 男子患上膝关节关节炎

医生:运动贵在“量力而行”,过度运动适得其反

□高军震 周芷含 本报记者 杨艳

许多人常认为“多一份运动,多一份健康”,却忽视了健康在于适度运动。市民刘先生为控制血糖每日行走超万步,血糖得到了控制,但双膝却出现问题。哈尔滨市第五医院骨科医生提醒,运动贵在“量力而行”。

每天行走上万步 男子患上膝关节骨性关节炎

今年56岁的刘先生在3年前被诊断为糖尿病,听说徒步可以稳定血糖,便认为“走得越多越久,血糖肯定会更好”,于是踏上了每天饭后的“控血糖之路”。3年来,刘先生几乎每天都要“暴走”1—2万步,如今,血糖倒是平稳了,双膝却受了苦。最近,刘先生发现自己久坐后再起身时膝关

节有疼痛感,活动活动痛感便减轻了,可是继续运动还没到20分钟,膝关节疼痛加剧,于是来到哈尔滨市第五医院就诊。

运动医学科医生鞠超杰为患者查体,结合核磁共振检查结果诊断为膝关节骨性关节炎,患者双侧膝关节有明显的软骨退变,但病情并不严重。随后,鞠超杰给予患者口服药物治疗并叮嘱患者,在治疗期间应减少活动量,待有所好转之后将步数减少更合理。

鞠超杰提示,通过徒步控制血糖是一

件好事,但应该将运动量保持在适合自身体质的范围内。处于50—60岁之间的人群,一天一万步以内是最恰当的;60岁及以上的人群,一天中的步数最多为7000步左右,同时尽量减少频繁上下楼梯、久坐深蹲、长期站立等有损关节的动作。

尽早保养膝关节 可有效预防骨性关节炎发生

据鞠超杰介绍,膝关节骨性关节炎是以膝关节软骨退变和骨质增生为特征的骨科常见疾病,也是每个人都会出现的病症,而运动过多或者用力不当,会导致膝关节骨性关节炎发生得更早或者病情更重。

随着年龄增长,膝关节也会在不知不觉中逐渐发生退化,若在关节退化时再常

年进行高强度、超负荷运动,就会加速关节软骨磨损,导致膝关节骨性关节炎,其症状多表现为膝盖红肿痛,上下楼梯、坐起行走时膝部酸痛等。另外,尽早护膝、做好个人护理,可有效预防膝关节骨性关节炎的发生。

鞠超杰表示,人体基本上是在30岁左右开始出现软骨磨损,所以尽早保养膝关节是有备无患的做法。同时,要注意避免负重深蹲、跑步、跳远等运动量较大的体育活动;注意膝关节保暖,做到及时补钙;注重膝关节周围肌肉力量的训练,特别是股四头肌的力量,对膝关节的稳定性起到至关重要的作用,平常可以做专项的膝关节股四头肌力量训练;体重较大者需控制体重,因为体重过大会对膝关节造成大负荷,加重软骨磨损。