

# 了解常见甲状腺疾病 护好甲状腺

## 一、甲状腺疾病是什么？

多数人都知道，甲状腺是颈部的一个器官，但具体长什么样，有多大、有什么功能，就说不出来。所以，很多人患上甲状腺疾病后，尤其是疾病早期患者，基本没有不适症状，根本不觉得自己身体发生了什么问题。甚至部分患者会质疑医生，尤其是确诊甲状腺结节，还有一定概率是甲状腺癌的患者。因此，大家了解一下甲状腺的功能，是很有必要的。

甲状腺属于人体内分泌系统中最大的内分泌腺，承担着分泌、控制人体激素的重任，由腺体组成，并接受下丘脑—垂体—甲状腺轴调控，合成、分泌甲状腺素。甲状腺素，是人体中不可缺少激素之一，能够在相应器官发挥良好的生理效应，其实际作用范围非常广泛。甲状腺激素的主要作用是促进人生长发育，帮助人体调整新陈代谢，促使各个器官组织进行功能活动，主要影响人体代谢、神经、生长及发育、心血管以及消化等多个方面。

什么是甲状腺疾病？从医学角度来说，甲状腺疾病，是内科及外科治疗的疾病。内科治疗的甲状腺疾病有多种类型，比如，常见的甲亢（全名是甲状腺功能亢进症）、急慢性甲状腺炎等；外科治疗

的甲状腺疾病也有多种类型，比如，常见的甲状腺肿、甲状腺肿瘤等。两类甲状腺疾病的主要区别是，内科患者显示甲状腺功能检查结果异常；外科患者显示甲状腺功能检查结果正常。但这一观点并非绝对，也不是孤立的，两者之间能够互相转变，部分内科患者需进行外科治疗。

## 二、常见甲状腺疾病有哪些？

甲状腺疾病多种多样，不同疾病的症状也存在差异。

**甲状腺功能异常** 这是一种常见的甲状腺疾病，可导致人体发生各种异常。但临床多结合患者的甲状腺功能检查结果，将其分为两类：一类是甲减，全名是甲状腺功能减退；一类是甲亢，全名是甲状腺功能亢进。甲减，就是人体甲状腺的甲状腺素分泌量不足或过少，继而诱发一系列甲减症状表现。但因为甲减症状和很多常见疾病相似，所以疾病误诊率和漏诊率比较高。甲亢，就是人体甲状腺的甲状腺素分泌量超出正常范围，继而诱发相关症状体征。甲亢的主要症状为紧张、体重下降、易激惹、心率超过100次/分、凝视、大便次数增加、眼球突出、肌肉无力、月经紊乱、爱出汗、怕热、指甲生长速度加快以及疲乏等。掌握甲亢的相关症状体征，并自行参与到疾病鉴别

诊断中，对于尽早发现并治疗疾病来说很有必要。

**甲状腺结节** 这是一种非常常见的甲状腺疾病，发生率较高。甲状腺结节，是人体甲状腺腺体上长出来的一类肿块或肿物。甲状腺结节可多发也可单发。导致结节形成的原因较多。比如，人体甲状腺本身存在异常增生表现，出现部分甲状腺新生物、自身免疫性疾病或炎症性疾病等，均会导致结节形成。但甲状腺结节有良恶性之分，良性结节危害性不大，结合体积大小与实际数量进行对症治疗，大多可以获得较好的效果。部分患者的结节微小、不影响正常生活，只需要定时复查、配合随访，评价结节具体变化。若这一类结节始终没有增大或恶变，甚至不用治疗；但也有部分甲状腺结节属于恶性，利用细针穿刺活检进行病理学检查，可辅助临床鉴别良恶性。多数恶性结节患者需在确诊后尽快进行外科手术治疗，切除病灶，消除肿瘤对人体健康造成的危害。

**甲状腺癌** 这是一种危害性较高的病，若疾病检出时还在早期，及时进行根治术便可获得较好的效果，部分患者可实现根治。若检出时已经发展到中晚期，此时仅靠根治术，难以保证治疗效果，部分患



者甚至已经发生淋巴结转移，累及其他组织器官，此时需临床结合患者病情，提供更理想的治疗方案，改善患者身心健康，促进恢复。甲状腺癌有多种类型，不同甲状腺癌的治疗效果存在差异。甲状腺癌大多生长速度缓慢，患者往往能够获得较好的手术效果和预后情况，术后5年生存率能够达到98.1%。甲状腺癌共有四种类型，最常见的是甲状腺乳头状癌，在所有甲状腺癌中占80%，患者尽快进行手术，基本都能达到治愈目标；其次是甲状腺滤泡癌、甲状腺髓样癌、甲状腺未分化癌，发生率分别占10%~15%、2%~5%、1%，患者预后大多一般或较差。

柳州市工人医院 罗文

## 如何有效摆脱三叉神经痛？

三叉神经痛被称作“天下第一痛”，此病发作时头面部持续性剧烈疼痛，患者往往痛不欲生。而且此病患者群体广泛，发病突然，病因隐蔽。今天就一起来学习一下三叉神经痛的相关知识吧！

### 一、引起三叉神经痛的原因有哪些？

#### 1. 疼痛触发点受到刺激

三叉神经主要分布在口唇、眉毛处，这些地方都是疼痛易发作的敏感地带，医学上称为“扳机点”。睡觉或侧躺时压迫神经可能会引发疼痛；天气寒冷或刮风也可能导致疼痛加剧，并从脸部放射到全身。

#### 2. 周围血管压迫三叉神经

临近血管压迫磨损三叉神经，短时间内可能不会有痛感，但随着时间推移，长期的压迫磨损会导致三叉神经脱髓鞘改变，出现频繁疼痛。此外，随着血管硬化，会像石块一样压迫三叉神经根，产生剧痛感。

#### 3. 脑干内部病变

老年群体有很大几率会出现脑萎缩、脑内容物体积变小的症状，导致颅内内容物扭曲、变形，其中的血管神经开始移位，压迫三叉神经根部，引起疼痛。一些脑部疾病如脑干肿瘤、颅内炎症等，也会导致三叉神经痛。

#### 4. 情绪影响

情绪因素也会引发三叉神经痛，消极负面的情绪和多思所想的心态会导致肝气郁结，气血不通，时间久了就会上扰脑窍，导致疼痛。

#### 5. 刺激性食物所致

茶叶中某些成分会使神经处于亢奋状态，引发小动脉痉挛；咸菜中大量的酪氨酸会导致脑血管扩张，刺激神经，引起疼痛。还有很多食物，例如深海鱼类、咖啡、啤酒、巧克力等，也会引发颅内血管收缩和舒张失调。

### 二、哪些办法可以治疗或改善三叉神经痛？

#### 1. 药物治疗

急性的三叉神经痛，首选药物治疗。临床上治疗三叉神经痛的药物，有卡马西平、奥卡西平等。一般来说，选用适合的药物按疗程服用，将近九成患者都能缓解疼痛症状。但是，随着时间推移，药效会逐渐降低。当药效和副作用不能平衡时，应考虑其他方式：有些患者不能建立药物耐受，应及时接受手术治疗。

#### 2. 手术治疗

现在针对于三叉神经痛的手术主要分为两种：微血管减压术和毁损性手术。

#### (1) 微血管减压术

微血管减压术，是使用安全绝缘的材料，把血管与三叉神经隔开。属于微创手术，术后恢复快，安全可靠，效率高，术后五年有效率能达到七八成以上。但是进行手术需要开颅，具有一定风险。这种治疗方法更适用于年轻、身体机能好、没有脑部基础疾病的患者。

#### (2) 毁损性手术

毁损性手术，是一种姑息性微创手术，通过适度破坏三叉神经缓解疼痛。常见的毁损性手术主要有，三叉神经球囊压迫术、 $\gamma$ 刀手术。

三叉神经球囊压迫术的具体操作方法是，在麻醉状态下，将球囊通过穿刺针放入患者颅内，向球囊注入造影剂，压迫三叉神经半月节3~5分钟，让三叉神经的痛觉纤维失活，达到止痛目的。手术时间短，术后即刻有效率能达到95%，但是手术会破坏三叉神经的其它功能，出现面部麻木、咬肌无力症状，所以该手术更适合高龄体弱、有基础疾病的患者。

$\gamma$ 刀手术，是通过立体定向的方法，将 $\gamma$ 射线聚焦在三叉神经根部，通过控制照射剂量破坏局部神经，阻断病人痛感传导，达到止痛的效果。此种治疗方法具有滞后性，部分患者不能马上止痛，也有

复发的可能，患者要结合医生意见慎重考虑。

#### 3. 日常养护

##### (1) 避免刺激“扳机点”

三叉神经痛患者在日常生活中，要避免刺激“扳机点”，温水洗脸，剃须时动作放缓，不要用力过猛。同时，做好面部保暖工作，避免寒风直接刺激面部。

##### (2) 调整饮食习惯

用力咀嚼会诱发三叉神经痛，患者应少吃质地坚硬或咀嚼费力的食物，选择鱼肉米饭等容易咀嚼消化的食物。保持饮食均衡，多吃富含维生素和清热解毒的食物，尤其是新鲜各类蔬菜。

##### (3) 保持愉悦的心情

家属要积极疏导，鼓励病人保持良好心态，树立战胜疾病的信心。

##### (4) 积极治疗原发疾病

继发性三叉神经痛的患者往往患有其他基础疾病，在日常生活中应积极采取治疗措施。当原发疾病得到有效控制后，三叉神经痛的症状自然能够得到缓解。

##### (5) 积极锻炼

三叉神经痛患者要积极锻炼身体，循序渐进，找到适合自身的运动项目。这里推荐太极拳、散步、慢跑等有氧项目。

南宁市第一人民医院 刘海峰 马超