



# 腔镜甲状腺手术的特点与术式选择

甲状腺外科医生经常会遇到这样一个问题:一位甲状腺结节患者要求手术治疗,但超声提示结节内有钙化灶。医生这时就会根据超声提示的钙化灶的位置和大小来决定采用开放手术还是腔镜手术。传统开放手术往往存在切口大、美观度差、创伤大、术后疼痛明显、易发生术后出血和感染等并发症,且通常需要住院3~4周才能出院。而腔镜手术则不需要做这么多切口,患者术后恢复快、疼痛轻、住院时间短,能尽早恢复工作和学习。下面就让我们一起来了解腔镜甲状腺手术的相关知识吧。

## 腔镜甲状腺手术的特点

1. 腔镜手术视野清楚,器械操作方便,切口小,患者痛苦少。
2. 手术时间缩短,术中出血量明显减少。
3. 术后并发症减少,呼吸、循环功能恢复快。
4. 腔镜甲状腺手术可以在病人胸乳或腋窝做一个小切口,无需缝合。
5. 术后切口瘢痕不明显,美观。
6. 术后病人恢复快,一般术后第二天可下床活动。
7. 住院时间短,费用低。
8. 在直视下进行手术切除肿瘤组织,可避免以往开腹手术中不能触及的甲状腺上极及下极的肿瘤组织。
9. 由于切口小,可同时处理两侧的甲状腺肿和峡部及中部的病变。
10. 对于一些特殊的病例或病变,如双侧甲状腺癌或滤泡状癌,可以同时切除双侧的病变组织并重建甲状腺功能。

## 腔镜甲状腺手术的术式选择

1. 保留甲状腺和甲状旁腺的微创手术 在甲状腺结节的治疗中,保留甲状腺和甲状旁腺是重要的原则。但甲状腺肿瘤中,恶性病变较

少,大部分为良性,保留甲状腺和甲状旁腺的手术是治疗此类疾病的主要手段。目前,临幊上对此类患者常采用的微创手术方式是经颈前正中切口或经下颌角切口,通过在颈部放置入4个2~3毫米的微通道,分别切除肿瘤、肿块、腺瘤等病变。近年来随着腔镜技术的发展和手术器械的改进,经颈部切口完成上述手术已不是难题。此种手术方式创伤小、恢复快,对患者生活质量影响小,具有广泛应用前景,但该手术方式仅适用于微小结节。

2. 保留颈部淋巴结的甲状腺癌根治术(CTA) 适用于颈部无肿大淋巴结的甲状腺癌患者,通常采用经胸骨后入路。

注意事项: (1) 术前应充分了解甲状腺癌的病理类型,做到个体化治疗; (2) 术中应彻底切除所有侵犯甲状腺的淋巴结; (3) 术者应具备熟练的解剖及手术技巧,避免损伤颈部神经、血管、气管等组织。

3. 保留甲状旁腺的方法: (1) 在游离甲状腺的基础上分离颈部软组

织至喉返神经; (2) 分离颈总动脉和颈内动脉; (3) 游离气管食管静脉丛,必要时可行静脉结扎,但须避免损伤喉上神经、气管食管静脉丛及喉上神经等。

4. 保留颈部淋巴结的微创手术—颈部淋巴结清扫术(LNTP) 颈部淋巴结是人体最大的淋巴器官,通常位于颈侧,对机体健康非常重要。肿瘤的发生主要与颈侧区域有关,而淋巴结转移率较低,因此在肿瘤治疗中应尽可能保留这些淋巴结。因此,淋巴结清扫术一直是外科手术治疗中的常见治疗方法,但由于其严重的并发症和功能障碍,越来越被受到限制。近年来,随着对颈部淋巴结解剖的深入了解和微创技术的进步,颈部淋巴结清扫术已成为一种安全有效的治疗方法,是头颈肿瘤患者的标淮治疗方法。但由于其潜在的并发症,有必要采取一些措施来预防和减轻这些并发症。

传统的颈部淋巴结清扫术是外科医生进行颈部淋巴结清扫的标准



方法。随着显微外科技术和外科医生技术的发展,目前已经发展了一种微创技术,即从颈部淋巴结中清除肿瘤或病变(如肿瘤或血管)。与传统的淋巴结清扫术相比,该手术在难度上有所下降,同时还可显著减少并发症的发生。

目前, LNTP 手术方式被认为是甲状腺癌保留颈部淋巴结的最佳治疗方式。LNTP 手术具有创伤小、恢复快、疼痛轻等优点,能彻底清除肿瘤和其他颈部淋巴结,且可最大限度地减少肿瘤转移和复发的风险,成为现代甲状腺外科发展的一个重要方向。

总之,腔镜甲状腺手术能将患者的痛苦减到最低,并且能把对正常组织的损伤降到最低,患者术后恢复快,能够有效避免复发及并发症的发生,目前已成为甲状腺外科手术治疗的发展方向。

玉林市红十字会医院 杨开宇

# 胃溃疡的饮食调理建议

胃溃疡是一种常见的消化系统疾病,主要由于胃酸和胃蛋白酶对胃黏膜的消化作用所致。胃溃疡的症状包括上腹部疼痛、饱胀不适、反酸、嗳气等,严重时可导致出血、穿孔等并发症。除了药物治疗外,饮食调理也是治疗胃溃疡的重要环节之一。下面让我们一起来了解胃溃疡的饮食调理建议,从而更好地帮助患者有效治疗胃溃疡。

## 胃溃疡的成因与影响

胃溃疡的成因较为复杂,主要包括以下几个方面。1. 胃酸和胃蛋白酶的消化作用:胃酸和胃蛋白酶是消化食物的重要物质,但过量的胃酸和胃蛋白酶会损伤胃黏膜,导致溃疡形成。2. 幽门螺杆菌感染:幽门螺杆菌是一种常见的细菌,可引起慢性胃炎、胃溃疡等疾病。3. 药物副作用:某些药物如非甾体抗炎药、激素等长期使用会对胃黏膜造成损伤,导致胃溃疡。4. 遗传、应激等因素:遗传、应激、吸烟、饮酒等也是胃溃疡的常见原因。

## 胃溃疡患者的饮食建议

为了缓解症状、促进溃疡愈合,胃溃疡患者需遵循以下饮食原则。1. 患者可采取少食多餐的方式,以减轻胃的负担,同时避免过饱和饥饿对胃黏膜的刺激。2. 患者应选择易于消化、刺激性小的食物,如稀粥、面条、蒸蛋等,避免粗糙、坚硬、辛辣、油腻等食物。3. 高糖饮食会导致胃酸分泌增加,

加重胃溃疡的症状,患者应控制餐后血糖反应,避免高糖饮食。4. 蛋白质是人体必需的营养素,但过多摄入会刺激胃酸分泌,加重胃溃疡的症状,患者应适量摄入蛋白质,如选择低脂奶制品、豆腐等食物。5. 维生素是维持人体正常生理功能的重要营养素,多摄入富含维生素的食物有助于增强免疫力,促进溃疡愈合,患者可选择新鲜的蔬菜和水果,如菠菜、胡萝卜、苹果等。6. 某些食物搭配会产生化学反应,影响消化吸收,加重胃部负担。因此,患者应注意食物搭配,如避免将钙和镁含量高的食物与高纤维食物一同食用等。

为了更好地满足胃溃疡患者的营养需求,以下是一些具体的饮食建议。1. 主食推荐:选择全谷类食物如糙米、全麦面包等,这些食物富含膳食纤维,有助于促进消化和增强饱腹感。同时也可选择低GI(血糖指数)食物如燕麦、荞麦等,有助于控制血糖波动。2. 蛋白质来源推荐:选择鱼肉、禽肉、瘦肉等优质蛋白质来源。这

些食物易于消化吸收,有助于修复受损的胃黏膜。同时可适当摄入豆类及其制品,补充植物性蛋白质。3. 蔬菜与水果推荐:新鲜蔬菜和水果富含维生素、矿物质和膳食纤维,有助于增强免疫力、促进肠胃蠕动。患者可选择菠菜、胡萝卜、南瓜等,水果方面可选择苹果、香蕉等,避免过酸过甜的水果。4. 饮品与调味品推荐:避免刺激性饮品如浓茶、咖啡等,以免刺激胃酸分泌加重症状。患者可使用健康的油类如橄榄油进行烹饪,并选用低盐酱油等调味品来降低盐分摄入。同时可适量饮用酸奶补充益生菌,维护肠道健康。5. 食疗方推荐:除了日常饮食外,患者还可尝试一些食疗方来调理肠胃。例如红枣小米粥、山药莲子羹、蜂蜜生姜红糖水等。

## 注意事项与常见误区

在实施饮食调理的过程中,患者需注意以下几点,避免陷入误区。1. 注意个体差异:每个人的体质和病情不同,因此在进行饮食调

理时应结合自身情况调整食材和烹饪方式。2. 不盲目听信偏方与广告宣传:一些偏方或广告宣传可能会夸大某些食物或产品的疗效,患者应保持理性判断力,避免盲目跟风或轻信。3. 不过度依赖食疗:食疗虽然有助于调理肠胃,但并不能替代药物治疗,患者应合理安排饮食与药物治疗的关系。4. 保持乐观心态:患者应保持乐观的心态,积极配合治疗,避免过度焦虑、抑郁等情绪影响病情康复。5. 定期复查与调整饮食计划:胃溃疡的治疗是一个长期的过程,患者应定期进行复查,了解病情变化。根据复查结果,及时调整饮食计划和药物治疗。

胃溃疡的饮食调理对于缓解症状、促进溃疡愈合具有重要意义。患者应遵循少食多餐、选择易消化食物、控制餐后血糖反应等原则,多食用全谷类、优质蛋白质、新鲜蔬菜和水果等食物。

广西壮族自治区职业病防治研究院  
(广西壮族自治区工人医院)  
李大权