

甲状腺癌：“幸运癌”or“隐形杀手”

——访大同新建康医院外科主任孙海

本报记者 王瑞芳

女性更受甲状腺癌青睐

大同新建康医院外科主任孙海介绍，甲状腺是人体中最大的内分泌腺，通过分泌甲状腺激素，维持机体的新陈代谢，保持人体的活力，保证各个系统器官的正常运行等。而近年来相关数据表明，甲状腺癌成为发病率增速较快的恶性肿瘤。

“甲状腺癌早期一般没什么症状，多数患者都是通过体检超声检查偶然发现的。”孙海提醒，如果看到体检报告上写着边界不清、内部血流丰富、细小钙化等字样，就要当心是甲状腺癌。

孙海介绍，甲状腺癌发病的原因目前没有明确结论，不过当前普遍认为电离辐射暴露、甲状腺癌家族史、碘摄入失衡、超重或肥胖等属于甲状腺癌发生的高危因素，有着上述特征的人群可能是甲状腺癌的高危人群。值得关注的是，甲状腺癌在性别表现中有明显区别，女性的患病人数高于男性。主要原因是甲状腺激素对雌性激素比较敏感，女性不同年龄阶段雌性激素波动水平较大，因此甲状腺癌更容易找上女性，女性甲状腺癌发病是男性患者的3倍。

孙海分析说，这和女性受体及其激素水平有关。由于要经历经期、孕期、哺乳期等特殊时期，女性身体的激素水平波动较大。有研究表明，雌激素可影响甲状腺的生长，甲状腺组织中含有雌激素受体表达，所以雌激素可能会成为诱使甲状腺癌变的一大原因。

“幸运癌”有些也很残酷

从病理上讲，甲状腺癌一般可以分为四种亚型：乳头状癌、滤泡癌、髓样癌和未分化癌。这其中，将近90%的甲状腺癌都是乳头状癌。

孙海介绍，绝大多数乳头状癌病变更生长非常缓慢，就像所谓的“宅男”，不像其他癌细胞那样具有很强侵略性和进攻性，可能几年都没有什么变化，属于“懒癌”。与此同时，对于这种类型的甲状腺癌，通过积极的外科手术治疗，预后非常好，可

以获得长期生存。有数据统计，其10年生存率可以超过90%。“在我们医院定期复查的患者中，经常可以遇到生存期超过20年的甲状腺癌患者。”孙海说，这在所有癌症中都属于乐观的数据，因此，有人将其称之为“最善良的癌症”“幸运癌”。

当然，并非所有的甲状腺癌都这般温和。甲状腺未分化癌，就是相对“魔鬼”的一面。它的恶性程度很高，病程短，主要表现为颈前区肿块，质硬固定，边界常不清，极易侵犯气管、喉返神经、食管、颈动脉鞘，引起声嘶、呼吸困难、吞咽困难及颈耳区疼痛等症状，两颈常出现肿大淋巴结，易出现远处转移。多见于60岁以上男性。孙海表示，未分化癌凶险程度在某种程度上甚至超过了传统意义上的“癌中之王”胰腺癌，多数患者就诊时就已经失去积极治疗机会，一旦被查出来是这个病理类型，患者的生命常常以月来计算。

此外，既然是癌症，就有复发和转移的可能。部分甲状腺乳头状癌易发生淋巴结转移，若未及时治疗，肿瘤侵犯周围重要脏器，就会明显影响治疗效果。

查出甲状腺结节不要慌

“甲状腺癌是一种恶性肿瘤，我们需要警惕并重视它。”孙海说，甲状腺癌的治疗有多种手段，其中手术治疗是其公认的最主要、最有效的治疗手段，规范的手术治疗是下一步治疗的基础。除此以外，还包括内分泌治疗、碘131治疗、放疗、分子靶向治疗等。患者情况不同，选择的治疗方案也不同，总体来说还是因人而异、综合治疗。与其他恶性肿瘤一样，甲状腺癌的治疗也讲究“早发现、早诊断、早治疗”。大多数早期甲状腺癌治疗后的效果都非常好，治疗开始得越早，治愈的可能性越高。

相对于恶性的甲状腺癌，良性甲状腺结节的发现更为普遍。随着超声技术的进步，体检中甲状腺结节的检出率越来越高，检出率甚至超过50%。孙海指出，从医

学角度，结节属于影像报告，它也有良恶性之分。根据结节的形态等，临床上将其分为6个等级。一般来说，4类结节即代表存在一定恶性的可能，又分为4a、4b、4c三个等级，恶性的概率依次增加；5类结节恶性概率超过90%；6类则是已经被病理证实恶性的结节。

目前，对于良性甲状腺结节是否会发生恶变，医学界还没有统一的结论，更多人认为结节从良性发展为恶性的几率很低，绝大部分恶性结节性质一开始就是恶性的。孙海介绍，一般结节不需要特殊处理，除非结节过大出现压迫症状或影响美观，可以考虑手术切除。当然，并不是说良性结节就可以放任不管，患者要定期复查，以观察结节是否出现变化。

这些人更容易患甲状腺癌

现代社会人们要承受多方面的压力，当人长期处于过度劳累、精神紧张、情绪低落的状态时，容易出现自身免疫调节异常，引起甲状腺细胞的自身免疫破坏，导致甲状腺功能下降，人体就会分泌更多的甲状腺激素来弥补。这样就会导致甲状腺上皮细胞过度增长，诱发甲状腺癌。

孙海提醒，这几类人在发现结节时要格外注意：

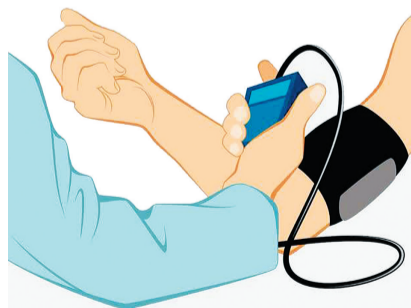
- 1.有甲状腺癌家族史。
- 2.颈部因需要直接或间接的接受过放射线的人，尤其是幼年接受过颈部X线外照射。
- 3.颈部有肿块、迅速变大的。
- 4.淋巴结边界不清，固定，活动性差，质硬，表明形成不光滑。
- 5.声音嘶哑，呼吸困难，吞咽有障碍。

此外，有人担心“甲状腺癌增多与食盐碘过量有关”，在此，孙海建议，如果很担心自己的碘摄入量，可以到医院做个尿碘检查，根据检查结果可以了解身体内的碘含量，从而指导日常饮食中碘的摄入量，尤其是妊娠和计划妊娠的妇女。



随着越来越多的人甲状腺结节被检出，甲状腺癌的“存在感”也越来越强。一方面，有人说它是“最善良的癌症”，是“幸运癌”。另一方面，它又是当前发病增长最快的恶性肿瘤。我们该如何正确认识这种有着双重标签的恶性肿瘤？

为什么夏季血压会降低？



夏天由于气温升高，我们的身体也会有一些小变化，比如：血压悄悄降低了。降压，无疑是高血压患者喜闻乐见的事，很多高血压患者也因此对自己的血压控制有所放松，甚至擅自减药，这是不可取的。

大同新建康医院心外科副主任医师孟晓红说，人体的血压是波动的。夏天温度高，人体表血管扩张，外周阻力下降，血压相应下降；此外，夏季炎热，大量出汗，人体内水分丢失较多，会排出部分盐分，进而导

致血压比冬天相对下降一些。

所以，相对而言，人体血压在夏季较其他季节偏低。

高血压患者夏季应定期量压。如果条件允许，可选用符合标准且经过验证的血压计，定期检测血压，应避免在吃饭、运动、上厕所和洗澡后立即测血压，需静卧30分钟以后再测，或者定期到社区医院量压。如果血压只是比以往的水平略有降低，患者又没有其他不适，活动状态良好，一般可

以继续服药，不需要增减；如果血压降低且明显出现头晕、乏力等不适，可以在医生指导下酌减降压药物，减少药物剂量，或者减少降压药的种类；对于血压夜间高，白天低的患者，一般需要在医生的指导下调整服药时间或是选择长效降压药。

总而言之，夏季血压降低，不可擅自减药甚至停药，一定要在医生的指导下方可调整用药方案，以免加重病情。

(王芳)

常食酿造醋好处多



酿造醋不仅是生活中不可缺少的调味品，而且也是具有食疗作用的调味品。

市田源酿造有限责任公司总经理高瑞举说，之所以强调是酿造醋的食疗作用，那是因为勾兑醋充其量只能调味，它们是谈不上什么功效及作用的。酿造醋能帮助消化脂肪和糖类。醋中的有机酸可以促使体内多余的脂肪燃烧，还能帮助消化身体吸收糖类和蛋白质。所以，经常吃醋不仅可以减肥瘦身，还能让身体的新陈代谢顺利进行。酿造醋有利尿通便的作用。经常吃

酿造醋除了可以促进新陈代谢，还能增加肠胃的蠕动量，改善便秘。肠燥便秘者可每天喝一杯加醋的凉开水，大约喝上几周就能显著改善便秘情况。同时，正常的新陈代谢能促进尿液的正常产生，让体内的废物随着尿液排泄出去。

多吃酿造醋可以减少盐分的摄取。吃盐太多对身体健康是绝对不利的，爱吃盐的朋友不妨在菜肴里加点醋，多一点醋就少一点盐，吃起来就不会感觉到咸度不够了，而且会感觉到菜肴更加可口。经常吃酿

造醋可以起到降血压和清除多余胆固醇的作用，有效地防止或减缓动脉硬化的形成。此外，酿造醋除了含有大量的醋酸外，还含有钙、铁、葡萄糖、乳酸、甘油、脂肪酸和盐类等营养成分。在烹调中，醋可以溶解食物中的钙和铁，使人体更容易吸收食物，还能保护食物中的营养物质不被破坏。

大同市田源酿造有限责任公司
联系电话：5555559
(广告信息)