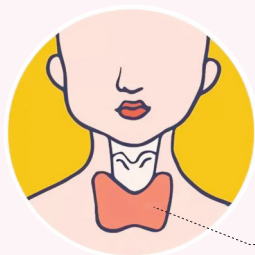


“重女轻男”的甲状腺癌



甲状腺会分泌甲状腺素，可以控制新陈代谢、血压、心跳速度、体温、体重。

下移动，似蝴蝶翩翩起舞。甲状腺位于喉下部、气管上部的两侧和前面，略呈“H”形，由左右两个侧叶和中间的甲状腺峡组成，重约15g~25g，个体差异显著，与年龄、性别、体重、激素状态及碘的摄入情况相关。

甲状腺常见疾病包括甲状腺功能亢进症、甲状腺结节、甲状腺癌等。近年来，甲状腺癌的发病率呈增高趋势，早期可查、晚期可控、中期要规范，简称“一早、一晚、一规范”的筛查和处理理念，是保障公众有效防止甲状腺癌的重要手段。

甲状腺是人体颈部的一个小器官，形状像蝴蝶，是人体内重要的内分泌腺。人体在做吞咽动作时，甲状腺会随着喉部上

发现甲状腺结节怎么办？

绝大多数甲状腺癌始于结节，在体检时被发现。结节是甲状腺内的肿块，多数是由于正常的甲状腺细胞过度增生形成的。5%~15%的结节是由于甲状腺细胞恶性增殖，成为恶性甲状腺结节，会发展成甲状腺癌。

若怀疑是恶性甲状腺结节，患者应尽快到医院复查。医院会根据血液学肿瘤标志物及超声等检查，初步评估肿瘤的性质，然后根据评估结果来看是否进行超声引导下细针抽吸活检。简单而直接的方法便

是超声检查，如果超声检查定为4级以上，则恶性的可能性很高。

细针抽吸活检利用细针对甲状腺结节进行穿刺，获取的细胞成分，通过细胞学诊断病灶性质。超声引导可提高取材成功率和诊断准确率，同时有利于穿刺过程中对重要组织结构的保护及判断穿刺后有无血肿，推荐作为进一步确定甲状腺结节良恶性的诊断方法。

细胞病理学诊断报告中，细胞学诊断分为6级：
I级，不能诊断/不满

意；II级，良性；III级，意义不明的非典型细胞/意义不明的滤泡性病变；IV级，滤泡性肿瘤/可疑滤泡性肿瘤；V级，可疑恶性；VI级，恶性。经细针抽吸仍不能确定良恶性的甲状腺结节，可对穿刺标本进行分子标记物检测，如BRAF突变、RAS突变、RET/PTC重排等，有助于提高确诊率。检测术前穿刺标本的BRAF突变状况，还有助于甲状腺乳头状癌的诊断和临床预后预测，便于制订个体化的诊治方案。

癌变如何处理？

甲状腺癌是一种恶性肿瘤，最常见的是甲状腺乳头状癌，可发生于任何年龄，也是头颈部最为常见的恶性肿瘤。2022年，国家癌症中心统计，甲状腺已经跃居女性恶性肿瘤新发病例第三位，女性发病率是男性的3倍多。

甲状腺乳头状癌生长缓慢，恶性程度低，但局部淋巴结转移率高，有时颈部淋巴

结转移为首发症状，预后较好。该病无传染性，有家族史者发病风险增高。

目前为止，手术治疗仍是甲状腺乳头状癌的首选治疗方法，一般为腺叶切除及同侧淋巴结清扫，患者的10年生存率可以达到90%以上，甚至达到95%。甲状腺癌手术切除者应终身服用甲状腺素片，以预防甲状腺功

能减退及抑制促甲状腺激素。因此，患有甲状腺乳头状癌的患者无需过于担心，进行手术切除并积极治疗即可。术后，患者还需遵医嘱服用甲状腺激素类药物辅助进行内分泌治疗，饮食应注意避免食用含碘高的产品、以优质蛋白为主。

如何预防？

预防甲状腺癌，根据人群的不同可以分为一级预防、二级预防和三级预防。

一级预防主要让未患病的人群避免发病危险。二级预防指的是已经发现甲状腺问题的人群，要进行动态监测，降低发病风险，做到“萌芽管控”。三级预防是指让已经发生甲状腺癌

的患者得到规范化治疗康复，延长生存时间，提高生活质量。

预防甲状腺癌，有以下建议：

第一，定期查体。普通成人每年查一次，有家族史人群，建议缩短为6个月查一次甲状腺功能及甲状腺彩超，监测是否有功能异常和肿块出现。孕妇在怀孕3个月后，筛查是否出现桥本甲

腺炎等。第二，保持健康的生活方式。例如，保持情绪稳定，睡眠充足，适量运动，合理膳食等。第三，儿童要尽量避免频繁接受X线的照射。所有人群接受X射线的照射时，都要注意规范佩戴防辐射护具。

医者有这样一句话：“人生不幸的是得了癌症，最幸运的是得了甲状腺癌。”可见，甲状腺癌并没有那么可怕！

□作者：运城市中心医院病理科主治医师 刘静
□学术审核：运城市中心医院副主任医师 张琳刚

中国公民

健康素养

基本知识和理念【三】

18



关注血糖变化，控制糖尿病危险因素，糖尿病患者应当加强自我健康管理。

19

积极参加癌症筛查，及早发现癌症和癌前病变。



20



每个人都可能出现抑郁和焦虑情绪，正确认识抑郁症和焦虑症。

21

关爱老年人，预防老年人跌倒，识别老年期痴呆。



22



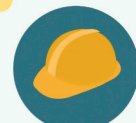
选择安全、高效的避孕措施，减少人工流产，关爱妇女生殖健康。

23

保健食品不是药品，正确选用保健食品。



24



劳动者要了解工作岗位和工作环境中存在的危险因素，遵守操作规程，注意个人防护，避免职业伤害。

25

从事有毒有害工种的劳动者，享有职业保护的权利。

投稿热线：15503590928

健康中国

运城行动(90)

运城市卫生健康委员会 运城日报社 合办