

# 查出甲状腺结节无需“恐癌”

## 恶性率约为5% 多数只要每6至12个月复查监测

健康视点

主持人

天津新闻专栏



张艳在为病人做甲状腺检查。

照片由受访单位提供

每年5月25日所在的一周是国际甲状腺知识宣传周。近年来,全球甲状腺癌发病呈“潮涌”态势,我国甲状腺癌发病率也一路飙升,目前国内平均甲状腺癌发病率为7.7/10万。与此同时,随着市民健康意识提高及常规体检的普及,甲状腺结节的检出率明显提高,一些结节患者的“恐癌”心理严重甚至影响了正常生活。

我市肿瘤医院甲状腺颈部肿瘤科张艳副主任医师对此表示,甲状腺结节并不是甲状腺癌的癌前病变,发现结节无需过于恐慌,绝大多数甲状腺结节是良性病变,甲状腺结节患者中恶性病变仅占5%左右。不仅如此,甲状腺癌还有“懒癌”之称,这是不幸中的万幸。只有极少数患者需要手术治疗,多数甲状腺癌进展极其缓慢,患者只需3至6个月定期监测,一旦出现肿瘤快速增大、声音嘶哑、呼吸吞咽困难、颈部出现较大淋巴结等情况则应及时就医。张艳建议30岁以后每年要进行甲状腺B超检查,发现结节后不要道听途说,过于恐慌和置之不理都是不科学的态度,“懒”人不能“懒”,一定要及时与临床经验丰富的医生沟通,明确病情后遵医嘱定期复查或进一步干预治疗。

### 女性高发或与雌激素相关 辐射是被证实的致病因素

张艳说,甲状腺癌是近20多年发病率增长最快的实体恶性肿瘤,年均增长6.2%。甲状腺癌高发,与辐射、不良生活习惯、家族史等相关,还与医学影像技术提高和体检人群逐年上升,使该病检出率增加有关。尽管甲状腺癌发病率上升很快,但由此引起的死亡率并没有明显增加,绝大多数病人无需药物和手术治疗,定期复查即可,需要积极干预的病人,接受规范化治疗,95%以上可以达到治愈效果。

### 甲状腺结节并非癌前病变 B超是鉴别诊断重要手段

男女患病比例为1:3,尤其好发于中青年女性。杭州、北京、上海等我国多个大城市的调查情况来看,女性甲状腺癌发病率在所有恶性肿瘤中排第2至6位,已进入我国最常见的恶性肿瘤行列。在全球范围内,甲状腺癌发病率也在逐年上升。在韩国,甲状腺癌发病率已经超过乳腺癌,排在女性恶性肿瘤发病率第1位。”张艳说。她进一步解释说,甲状腺是位于颈部一个形状酷似蝴蝶的器官,它是人体最大的内分泌腺体,管理着生长、发育、代谢等多种重要功能。研究推断,甲状腺癌女性高发可能与雌激素水平有关。这是因为甲状腺癌高发的中青年女性正是雌激素水平最高的人群,有相当一部分甲状腺癌组织标本中也测出了雌激素和孕激素受体,而怀孕期间甲状腺肿瘤生长速度也会加快。

“目前,可以肯定的是甲状腺癌致病因素与放射线影响有关。放射线会导致细胞突变,而甲状腺细胞对放射线尤其敏感,且甲状腺在颈部表浅,更易受到放射线影响,对15岁以下青少年的影响尤其严重,年龄越小,产生的影响越大。另外,甲状腺是碘的靶向器官,但多方面的研究并没有确定碘跟甲状腺癌的发生正相关。”张艳说。

近年来,随着市民健康意识的提高及常规体检的普及,甲状腺结节的检出率明显提高。门诊中经常有患者拿着写有甲状腺结节的体检报告单来咨询,他们问的第一个问题往往是“大夫,这是癌吗?要不要做手术?”对此,张艳表示发现结节无需紧张,甲状腺结节不是癌前病变,不代表得了甲状腺癌。“有些疾病有可能是癌前病变,需要引起人们的关注,以免发展成为恶性肿瘤,但在甲状腺还没有确切的癌前病变。甲状腺结节患者中恶性病变仅占5%至15%,其余绝大部分为良性结节,只需要每6至12个月复查,无需手术或药物干预。体检机构中发现甲状腺结节后不要慌张,最好先到三甲医院复查甲状腺及颈部淋巴结B超,请专科医师作出进一步诊断和分级,并制定合适的处理方式。一些生长较快的良性结节可以进行中药和射频消融治疗,有压迫感或有出血的较大结节可以考虑手术干预。需要提醒的是服用中药治疗的患者最好能定期监测肝肾功能,如果服用一段时间没有效果应停止服用。”张艳说。

## 发热不一定是“二阳”

### 成人感染呼吸道合胞病毒 多有低热症状



近一段时期,关于新冠“二阳”受到市民关注,一些医院发热门诊患者较上月同期有所增加。

专家表示,目前的发热病人并非都是新冠阳性患者,其他一些病毒、细菌感染同样会导致发热,近期多流行呼吸道合胞病毒,医院发热门诊中有相当一部分是该病毒感染。

天津医科大学第二医院感染科主任杨惠芬表示,近期的发热病人中有一部分是感染新冠病毒所致,但这些病人多有首次感染新冠病毒,“二阳”患者并不多,这可能与此前感染后形成的抗体还是可以帮助降低感染风险,以及“二阳”症状相对更轻有关,多数患者只需居家对症处理即可康复。除新冠病毒感染者,近期的发热患者有相当一部分是呼吸道合胞病毒感染,该病毒是一种常见呼吸道病毒,原本是一种“要孩易患”疾病,但这一次很多成年人也中招了。该病毒通过飞沫和密切接触传播,病人感染后多出现上呼吸道症状。典型病症是低烧、咳嗽、鼻塞、流涕,成人感染之后与普通感冒十分相近。与新冠病毒、流感病毒不同的是,呼吸道合胞病毒感染非常常见,年龄越小的人感染症状越重,反之症状就越轻。绝大多数人在两岁以内都会感染这种病毒,之后也可能反复感染。但身体会产生抗体,症状就会更轻,恢复得更快。

杨惠芬提醒市民,无论是新冠、流感还是合胞病毒,日常戴口罩、勤洗手、多通风是这些病毒都适用的预防方式。一旦出现发热症状也不必恐慌,多喝水、多休息、对症处理即可。患者可以居家做新冠病毒抗原检测,如果呈阳性,应居家休息,避免带病工作、上学,并与身边新冠重症高危人群隔离。 记者 赵津

### 检查手段升级微小癌增多 不能等同于低危癌早期癌

“甲状腺癌患者的增加与检测手段的升级密切相关。随着现代超声技术分辨率的不断提高,越来越多隐匿性很强的微小甲状腺癌都能被发现。目前超声已可分辨小至1至2毫米的肿瘤。然而随着微小癌检出率的增加,甲状腺癌过度诊断过度治疗的声音始终不断,甚至出现甲状腺癌是懒癌无需关注的声音和观点。”张艳说。

张艳表示,和很多肿瘤不同,甲状腺癌虽然没那么恐怖也没那么让人放心,因为甲状腺微小癌不等于低危癌,也不等同于早期癌。临床上也有不少微小癌侵犯喉返神经、气管重要组织,严重影响患者预后的病例。甲状腺微小癌是否需要干预治疗首先要对肿瘤进行规范的危险分级,将中、高危病人从普通病人中筛查出来。我国甲状腺微小癌专家共识明确了直径小于1厘米的微小癌危险等级的确定步骤和方法以及不同危险等级的干预和治疗措施,可以通过患者家族病史、放射线接触史和超声、超声引导下的甲状腺肿瘤细针穿刺细胞学检查(FNA)、淋巴结穿刺等辅助检查、肿瘤分子指标以及肿瘤的位置、边缘和体积等进行危险等级预判。部分低危患者可以暂时不手术,但必须定期进行阶段性监测。

张艳说,患者在检查报告中如果看到“边界不清晰”“低回声”“点状钙化”“纵横比大于1”,分级提示4级以上尤其是4B以上,就要结合肿瘤大小、恶性度和位置以及对周围组织的影响来决定是否需要手术治疗了。其他级别的微小癌如果短期内有明显增大也需要重新评估治疗方案。

## 健康速递

### 口腔医院“扶老镶牙”公益启动

市口腔医院2023年“扶老镶牙”公益活动日前正式启动,至此该项公益活动已经实施23年。该活动为我市(包括区)有常住户口、60岁及以上全口无牙、无牙根的老年人半价优惠配装义齿。活动限定名额为500名,以活动登记顺序为准,对曾荣获市级劳动模范、先进工作者、“五一”劳动奖章等及企业荣誉转退役军人实行优先登记。参加该活动的老人需要本人携带身份证,于登记日来院现场检查,符合镶牙条件的老人可享受活动优惠。 活动咨询电话:022-59080512。

### 妇儿中心举行儿保多学科义诊

“六一”儿童节来临之际,市妇女儿童保健中心儿童保健科、耳鼻喉科及口腔科将联合举行“医路童行 健康相伴”义诊活动。此次活动内容丰富,针对家长们关心的儿童生长发育、肥胖、体格发育迟缓、多动抽动、心理问题以及耳鼻喉、口腔、皮肤相关问题提供免费咨询和一些免费检查活动。义诊地点在市妇儿中心一楼大厅,义诊时间为30日、31日(周二、周三)14:00至15:30。

### 三中心眼科义诊

6月6日是第28个“全国爱眼日”,主题为“关注普遍的眼健康”。当天上午,市三中心医院眼科将举办主题为“不惧白内障,睛彩有保障”的义诊咨询活动。地点在该院门诊三楼大厅。

## “黑豆泡醋”“洋葱大蒜”难以软化血管 控制危险因素延缓动脉硬化

黑豆泡醋、洋葱、大蒜、三七、红酒、鱼油、纳豆等都是现在民间流行或是一些网络“大咖”宣扬的软化血管“秘方”。但天津医科大学总医院全科医学边波副主任医师的回答是这些“妙招”“秘方”均难以有效软化血管。即使有些人宣称科学实验已经显示其中的某些成分有保护血管和心脏的作用,但在食物中含量太少,不可能达到治疗级的效果,也起不到预防效果。边波说,导致动脉硬化的原因首先是年龄。与生活中水管等管道相似,管子用的时间长了就会硬化,没有好的方法可以让水管重新软化恢复最初的状态。其次是各种心血管危险因素如吸烟、肥胖、高血压、糖尿病、高血脂症。评价动脉硬化最简单的是看血压的压差,压差大与动脉硬化相关。也可以在医院用仪器测量脉搏波传导速度、踝臂指数、颈动脉斑块来反映和了解动脉硬化及动脉粥样硬化的程度。

“生活中没有科学软化血管的方法,但有延缓动脉硬化的方法,那就是有效控制心血管疾病的危险因素,做到低盐低脂饮食、控制体重、适当有氧运动、戒烟、降压、降糖、降脂。”边波说。

通讯员 王俊苏 王晓晖

## “六一”儿童节即将到来,周末很多小朋友随父母外出踏青游玩,不少孩子患了过敏性鼻炎

天津中医药大学第一附属医院推拿科李桂华主任医师对此表示,我国儿童过敏性鼻炎发病率高达15.79%,而且还在逐年增高,尤其是到了春秋季节,过敏性鼻炎的孩子经常反复发作。中医学认为,小儿过敏性鼻炎的发病与外邪侵袭和脏腑虚损两方面有关,因此预防调理可以从外因和内因两方面着手。

李桂华说,外邪侵袭主要因为小儿抵抗力相对较弱,近期早晚温差大,忽冷忽热,加之花粉柳絮飘舞,过敏体质的宝宝很容易受凉感冒或接触花粉、柳絮等诱发鼻炎。另外,还会因体质不同而挟热或挟湿之邪,使得孩子体内寒热夹杂,虚实并见,也使得鼻炎反复难愈,迁延难愈。

脏腑虚损则是因为小儿生理特点为“肺、脾、肾常不足”,鼻为肺之外窍,肺气不足则易感邪而出现鼻塞、流鼻涕、打喷嚏、鼻痒等症状。其次,脾为后天之本,若过食酸奶、火龙果、猕猴桃、西瓜、雪糕等寒凉性质食物,常可使体内产生水湿痰饮,上犯鼻窍而诱发鼻炎。再者,肾为先天之本,若先天肾气不足,常使其阳气不能温煦肺脏而致寒饮内生,湿浊滞留鼻窍而诱发鼻炎。

小儿过敏性鼻炎的居家调理重点在于调理内因,避免外

## 踏青游玩儿童过敏性鼻炎高发 防治避免外邪侵袭调理脾胃肾功能

因,进而使那些借助内因起作用的外因不能兴风作浪,孩子的过敏性鼻炎的发作自然就可以降低了。外因方面,孩子们要注意防寒保暖,及时增减衣物,尤其要保护颈项部、腹部以及双足等部位,防止受凉感冒。如果突然降温可通过泡脚、洗热水澡、工字擦背等方式驱除寒邪。针对空气中飘舞的花粉、柳絮、尘螨等,可以戴口罩、穿透气棉质外套、戴眼镜等避免身体接触过敏源。

内因预防方面一是推荐采用补脾经、补肾经、补肺经、捏脊、揉按足三里、黄蜂入洞等小儿推拿手法来补益过敏性鼻炎宝宝的脾胃肾功能。具体推拿操作治疗手法还需要在医生辨证论治指导下进行。二是饮食要搭配合理,注意防止孩子反复积食,多吃一些补肾健脾的食物,如山药、百合、板栗等,但要避免吃得过饱、过好以及过于寒凉。三是要呵护孩子的情绪,不要给他们过重的负担,避免压力过大,影响肝气疏泄,进而影响脾胃肾功能。四是鼓励孩子适当运动。中医学认为“动则生阳”,打篮球、踢足球、打乒乓球等运动可以提升孩子阳气,强健脾胃功能。运动过程中,要注意控制运动时间,避免过累或出汗过多而诱发鼻炎。 通讯员 东梅 苏玉珂

# 分类信息

敬告读者: 本广告仅为刊户提供信息发布平台,所有信息均为刊户自行提供,请认真核实信息提供方相关证件与发布内容的真实性。如涉及押金、保证金、报名费等费用均与本报无关。本栏目不作为承担法律责任的依据。本栏目不承担因错漏刊出所产生的相关责任及费用。

天津日报 17622997767 23602233 办公地址:天津市和平区卫津路143号



### 遗失·公告

▲王玉洁(身份证号:120104195808241247)遗失天津市南开区南开大学迎水道98号院4-2-106房屋的《南开大学房屋所有权证明》,特此声明作废。

▲天津市天港机械有限公司遗失公章一枚,统一社会信用代码:911201167581483244,特此声明作废。

▲天津市豪美包装制品有限公司遗失公章一枚,统一社会信用代码:911202230830233542,特此声明作废。

▲本人张仕敏身份证号码130732198411092363于2022年10月不慎丢失一张准迁证编号10575275,现登报申明作废!

▲魏晓轩遗失天津站铁路职工工作证,证件号:2036114000335,特此声明。

▲张凤荣(120110193509140946)遗失军粮城新市镇(二期)还迁房屋款核算表原件,还迁顺序号:51171,安置面积:148.36平米,楼房号:仁静家园12-1403,特此声明。

▲朱玉田遗失天津市河东区北长路玉树里2号楼3门403号公有住房租赁合同,特此声明。

▲耿庆为遗失中国人民解放军联勤保障部队第九八三医院开具的住院发票,票号001010053881,金额46213.23元,特此声明。

▲邵兰琪遗失执法证,证号:02000196393,执行单位:茶淀街道办事处,执行类别:街镇综合执法,特此声明。

▲北辰区生态环境局金逸伦行政执法证不慎遗失,执法证号02001115049,有效期至2026年12月31日,特声明作废。

### 寻人启事

韩立生,身份证号120102196304080031,与儿子韩宇多年失去联系,望儿子见报后速与父亲联系,电话:18920782815。

### 公告

因天津市无缝钢管厂进入破产清算程序,请参加本市基本医疗保险、未领取个人垫付药费报销款的职工,自见报之日起45日联系我厂办理确认手续。

另,我厂曾于2021年5月20日针对参保前发生医药费职工的情况在《天津日报》第11版刊登《公告》,部分仍未申报债权的职工,亦在45日内联系我厂申报确认债权。逾期仍未办理的,将按照相关法律法规处理。

办公地址:天津东丽区无瑕街津塘公路增396号三圆管材公司办公楼,联系电话:28041696 李晖 天津市无缝钢管厂 2023年5月30日

### 公告

本人孙国栋,身份证号:120101194605020010,房屋编号:032100317200419F,同意死亡后,将坐落于河西区纯真里72-110-112室房屋指定由孙景环(身份证号:120103198211036723)承租。

### 指定承租人刊登公告

本人郭玉玲身份证号码120103195312144869同意死亡后,将坐落于河西区杭州道11号11门310室房屋指定过户给孟昭亮身份证号码120103198401040037。

### 指定承租人刊登公告

本人耿丽身份证号码120105197509134826,同意死亡后,将坐落于河西区王串场正兴里9-13栋9门106居住房屋指定过户给张丽龄身份证号码120105200212024823。

### 指定承租人刊登公告

本人耿丽身份证号码120105197509134826,同意死亡后,将坐落于河西区王串场开城里1号楼1-4栋3门101.102.103.104.105.106.107.108.109.104-2商住房屋指定过户给张丽龄身份证号码120105200212024823。

### 指定承租人刊登公告

本人耿丽身份证号码120105197509134826,同意死亡后,将坐落于河西区莹津里1-31门116-1.6-2.房屋指定过户给张丽龄身份证号码120105200212024823。

### 指定承租人刊登公告

本人耿丽身份证号码120105197509134826,同意死亡后,将坐落于河西区昆纬路大楼175号1门508-512房屋指定过户给张丽龄身份证号码120105200212024823。

### 指定承租人刊登公告

本人赵宏伟身份证号码:120103195406264511同意死亡后,将坐落于天津市河西区尖山曙光里83.85.87号83门101-105房/伙、101阳台/伙、101厨房/伙、102厕所/伙、105居室房屋指定过户给赵凌,身份证号码120103198307224534。

### 指定承租人刊登公告

本人赵宏伟身份证号码:120103195406264511同意死亡后,将坐落于天津市河西区体院北气象南里64-66号65门306-309室房屋指定过户给赵凌,身份证号码120103198307224534。

### 公告

本人经健奇,身份证号码120103195706224220,房屋编号:03020111000011f1,同意死亡后,将坐落于河西区西楼北里10号楼3门101-103室房屋指定由张亮(身份证号码:120103198906141730)承租。