



甲状腺的主要症状及预防

甲状腺病一般包含有甲亢、甲减。甲亢是指甲状腺t3和t4合成与分泌功能的增高,会表现为高代谢的症候群、疲乏、无力、不耐热、多汗、皮肤温暖、潮湿。甲减是甲状腺激素水平的降低,可以表现为低代谢的症候群、粘液性水肿、皮肤苍白、皮肤粗糙、记忆力、注意力、理解力减退。

甲状腺常见症状

1、单纯性甲状腺肿,单纯性甲状腺肿病人一般颈部可以发现肿大的甲状腺,B超也可以证实甲状腺肿大。可摸到1cm以上结节,多质软或韧,表面光滑,边界清楚,可随吞咽上下活动。

2、甲状腺功能亢进,其症状为易激动、烦躁、失眠、心悸、乏力、怕热、多汗、消瘦、食欲亢进、

大便次数增多或腹泻,女性还可出现月经稀少,部分病人有突眼症。

3、亚急性甲状腺炎,主要表现为颈部疼痛,多一侧甲状腺有触痛,并可出现发热、关节酸痛等全身发炎反应。

4、慢性淋巴细胞性甲状腺炎,又称桥本氏甲状腺炎,常见症

状为全身乏力,大多数病人没有颈部不适,但有少部分病人会有局部压迫感和颈部隐痛。

5、甲状腺肿瘤,临床表现多为颈前肿块,生长缓慢,无自觉症状。肿块表面光滑,质地软或韧,边界清楚,可随吞咽动作上下移动。

甲状腺疾病如何预防

1、碘的摄入平衡非常重要,一般来讲针对沿海地区不用额外补碘,因为海带、鱼虾等众多海产品已含有丰富的碘,针对高山偏远地区可适当补碘。如无特殊情况建议食用含碘盐,但食用含碘盐后,应避免过分进食海带、紫

菜、贝壳类海产品,可多食用新鲜水果、蔬菜等。避免食用雌激素,以免诱发甲状腺肿瘤的发生。

2、无论哪种类型的甲状腺疾病预防,都要饮食规律、清淡,不要暴饮暴食及食用辛辣刺激性食物,同时生活规律,避免过度劳

累,要劳逸结合。因中医认为肝气郁积是导致甲状腺疾病的重要原因,所以还需保持情志舒畅。

综上所述:甲状腺疾病种类很多,表现也不尽相同。常见的为甲减,甲亢等。

甲状腺疾病患者的饮食

甲状腺疾病患者的饮食注意事项根据患者病因不同有不同要求,主要表现在碘摄入量方面,例如甲亢患者限制碘食品摄入量。地方性甲状腺肿可以加大碘摄入量。

甲状腺机能亢进患者:

1. 禁碘,禁碘饮食。
2. 避免咖啡、浓茶,远离烟、酒及食物添加物。

3. 禁食辛辣食物,避免煎、炸、烧烤食物及油腻重口味。

甲状腺功能减退

患者:

甲减的病因很多,有些是缺碘造成的,如大脖子病,这种情况需要增加碘的摄入,可以选择加碘盐,紫菜,海带及海鲜等。但是,还有一些情况,可能与碘的摄入量过多有关,常见的如桥本甲状腺炎。这种情况下,则建议低碘饮食。

甲状腺结节或囊肿但甲状腺功能正常的患者:

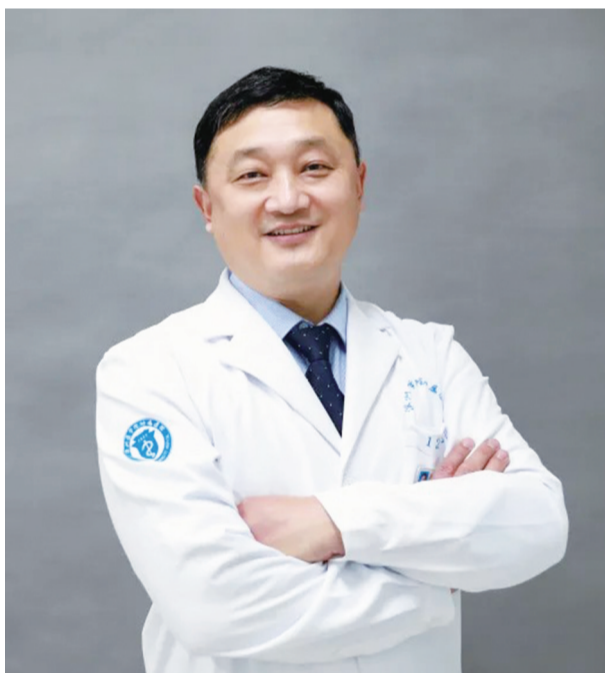
一般无特殊饮食禁忌。

(百度健康)

名医风采 | 滨医附院甲状腺外科·杨振林

杨振林

主任医师 医学博士
教授 博士研究生导师



擅长领域

甲状腺癌的早期诊断及系统化治疗。

坐诊时间、地点

普通专家门诊时间:周一
知名专家门诊时间:周四上午
地址:门诊二部3楼西南角

滨州医学院附属医院甲状腺外科

滨州医学院附属医院甲状腺外科成立于2020年4月,是国内较早独立建制的甲状腺外科专业科室,为黄河三角洲地区甲状腺疾病专科诊疗中心。科室技术力量雄厚,是国家药物临床试验基地、山东省临床重点专科、山东省青年文明号科室、山东省继续教育培训基地及住院医师规范化培训基地、滨州医学院硕士学位授权专业滨州医学院附属医院重点专科。滨医附院甲状腺外科现有医疗人员14名,其中主任医师2名、副主任医师3名、主治医师5名,住院医

师4名,专职超声医师2名;其中博士5名,硕士8名,博士生导师1人,硕士生导师2人;护理团队15人,高级职称3人。

科室拥有独立病房,床位42张,拥有甲状腺疾病诊治中心,诊室3间、超声室2间、手术室2间。设备先进,拥有超声诊断仪、微波治疗仪、神经检测仪、3D腹腔镜、达芬奇手术机器人等。年门诊量25000余人次,手术量约2000台次,四级手术占比约75%,腹腔镜占比25%以上,平均住院日5.86天,市外患者占比达25%以上。除滨州市外,专科服务还辐射

至淄博、东营、德州、潍坊等地区。

目前已承担和完成国家自然科学基金2项、国家卫生部及教育部课题4项、省级科研项目10余项。累计发表医学论文60余篇,其中SCI论文30余篇,最高影响因子8分,累计影响因子100多分。获批专利8项。培养博士、硕士研究生30余名,其中多人获省优毕业生、取得国家奖学金、校长奖学金多项,获省级成果奖多项。承担大量本科教学及住培工作,培养进修生5名。完成教学课题2项并获市级优秀

成果三等奖,发表教学论文数篇。

其中,无充气腋窝入路腹腔镜甲状腺手术迄今已完成近1000台次,手术量高居省内前列。自2023年5月新开展了第四代达芬奇机器人辅助下甲状腺手术及功能性颈淋巴结清扫术,目前完成超百例,位列全省前3位。

科室诊疗特色优势

滨医附院甲状腺外科针对不同的病人施行个体化治疗和全程规范化诊疗,三四级手术占95%,机器人手术、多种入路腹腔镜手术(颈部不留疤)

痕)、二次复发手术、小切口传统手术为病人提供多种个体化手术选择。良性甲状腺疾病及甲状旁腺疾病基本采取微创手术。

科室拥有专职高水平彩超医师和国际先进的彩超设备,为术前甲状腺微小癌穿刺活检、定位、淋巴结转移进行专业化的判别和指引,给病人以最小的创伤获得最大合理的诊疗。

科室在甲状腺恶性肿瘤治疗方面处于国内先进水平,以专业化的管理为病人提供精准医疗。