



本期:甲状腺结节

近年来,越来越多的年轻人在体检中发现自己患有甲状腺结节,并对此深感担忧。什么是甲状腺结节?导致甲状腺结节的病因有哪些?检查出甲状腺结节,患者又该怎么办呢?3月22日,记者采访了区人民医院副院长、重庆市区县乳腺甲状腺学术技术带头人、留美博士唐乐辉,请他进行解答。

“沉默”的甲状腺结节

○记者 王灿

不久前,市民符女士在体检中检查出甲状腺结节,虽然结节并不大,但她还是有些担忧:“我是应该割掉它,还是不用管它呢?这个结节会对我的身体有影响吗?它会演变成癌症吗?”符女士的疑问也是很多甲状腺结节患者共同的疑问,带着这些疑问,记者来到区人民医院向唐乐辉寻求答案。

甲状腺结节具有隐匿性

“甲状腺是一个蝴蝶状的内分泌腺,通常位于颈部前下部。它的作用是分泌甲状腺激素,在调节新陈代谢、心率、血压和体温方面发挥重要作用。而甲状腺结节其实就是指甲状腺表面或者内部长出的结构异常的肿块,是甲状腺细胞异常生长引起的病变,可分为增生性改变、囊肿、炎性结节和肿瘤,肿瘤又包括良性和恶性。以上这些病症既可单发,也可多发,多发结节比单发结节的发病率高,单发结节恶变的概率更高,但80%-90%的结节是良性的。”唐乐辉说。

导致甲状腺结节的因素很多,西医

认为,外界放射线暴露、遗传因素、碘摄入量过高或过低、基因突变、雌激素、某些甲状腺增生性疾病都可能引起甲状腺结节。中医认为,情志内伤、饮食失调、体质差异或外邪侵袭也可能引起甲状腺结节。

如今,越来越多的人患上了甲状腺结节,更可怕的是,甲状腺结节喜欢找上年轻姑娘,发病率自20岁以后快速升高,在35岁-55岁期间达到顶峰,55岁以后发病率反而逐渐下降,男性相较于女性发病率更低。

虽然甲状腺结节是一个肿块,但正常情况下,普通人很难发现它的存在。唐乐辉告诉记者,甲状腺结节具有隐匿性,除非是结节非常大才会出现明显的颈部包块,压迫食管导致患者出现吞咽困难、呼吸困难等症状。一般情况下,甲状腺结节没有任何明显症状,患者也不会有什么不适感。

患者要怎样才能发现甲状腺结节呢?唐乐辉说,不管是成人还是儿童,每个人都应该进行一次甲状腺彩超和甲状腺功能检测,明确甲状腺是否有结

节。如果检查发现甲状腺无异常,就可以每隔1-2年进行常规复查;如果发现甲状腺部位确有结节,就要引起重视了。

评估甲状腺结节的良恶性很重要

“当患者发现自己有甲状腺结节后,最重要的是评估结节的良恶性。超声、颈部CT、核磁共振都可以帮助患者进行评估,必要时也可以采取甲状腺细针穿刺活检的方式来分辨良性与恶性。”唐乐辉告诉记者。

若结节为良性,便不必特别紧张,定期观察随访即可,有需要的患者也可以在医生的指导下选择性进行中药外敷内服或西医TSH药物抑制治疗。当良性结节患者在定期复检时发现结节在明显长大、Tyrads分级在增高时,证明结节在发展,就需要重新评估,根据评估结果选择合适的治疗方式。

若结节为恶性,也就是我们所说的甲状腺癌,应采取手术切除治疗,术后根据情况加用碘131治疗和补充甲状腺激素

及中药调养。唐乐辉说,甲状腺癌是一种“懒癌”,它的恶变程度不算特别高,预后效果也比较好,患者在接受手术治疗后不会影响正常生活。

随着甲状腺结节患者的增多,人们的预防意识也越来越强。预防甲状腺结节可以通过情志、饮食的调节,增强自身免疫力、改善人体内环境等方式,增强身体的抗肿瘤能力。简单来说,就是要保持轻松的情绪、充足的睡眠、适当的运动;饮食要做到营养均衡、少吃辛辣食物。

同时,唐乐辉也告诉记者,在他接诊甲状腺结节患者的过程中,他发现有的患者在自行服用一些中药偏方或者所谓秘方,也有部分患者在使用其他人服用的方剂。在此,唐乐辉提醒患者,不要盲目听信所谓的中药偏方秘方,如果通过专业评估可以服用中药,也一定要找专业的医生进行辩证论治,一人一方。区人民医院乳腺甲状腺外科目前在唐乐辉博士带领下在渝西北地区率先使用中西医结合的方式防治甲状腺相关疾病,治疗效果较好,有需要可以关注咨询。

生命至上,全民行动,共享健康,终结结核

合川区开展“3·24”世界防治结核病日主题宣传活动



区疾控工作者在某菜市场指导市民网上健康知识竞赛



志愿者发放结核病防控知识宣传资料

本报讯(记者 张敏 通讯员 刘黔 摄影报道)今年3月24日是第27个“世界防治结核病日”,为进一步提升市民结核病

防治知识知晓率和健康素养水平,营造结核病防治工作的良好社会氛围,区疾控中心、区健信中心以及区内各医疗机构组织

开展了一系列宣传活动,把结核病防治知识和日常生活注意事项送进千家万户,极大地提升群众的知晓度和防控力。

此次活动以“生命至上,全民行动,共享健康,终结结核”为主题,从3月22日起,区疾控中心和区健信中心通过“健康合川”微信公众号,播放结核病防控知识、动员市民有奖答题,并把编辑、录制的结核病防控知识资料以讲座、观看展板和视频等形式,进社区进校园、进厂矿企业、进单位和家庭进行广泛宣传。同时,积极配合相关部门在电视、报纸等公众媒体和“抖音”上刊播结核病防控知识核心信息短片,宣传结核病知识。

区内各医疗机构也以“世界防治结核病日”为契机,充分利用自身平台,通过医院宣传栏、LED结合宣传资料发放的形式普及结核病防治政策和知识,提高公众健康素养,营造全民参与的良好社会氛围。充分利用微博、微信、短视频、移动客户端等新媒体平台,积极调动广大志愿者等社会力量,科学准确、分类指导,进行全方位宣传结核病防治知识,让学生、老年人、流动人口、糖尿病患者等重点人群受到健康知识教育,切实增强宣传效果。

相关链接

防治结核病知识

结核病是由结核分枝杆菌引起的一类慢性感染性全身疾病,可累及肺脏、胸膜以及肺外器官,其中以肺结核最为常见,约占80%-90%,表现为咳嗽、咳痰、午后低热、盗汗、乏力、消瘦等全身症状,除少数可急起发病外,临床上多呈慢性过程。结核病患者早期诊断并接受正规的抗结核治疗多可痊愈,但有复发的可能。

一、如何诊断肺结核?
结核病应早发现、早诊断、早治疗,对于控制疾病、改善症状、预防并发症至关重要,尤其对于高危人群更要及时治疗。肺结核的诊断原则是以病原学(包括细菌学、分子生物学)检查为主,结合流行病学史、临床表现、胸部影像、相关的辅助检查及鉴别诊断等,进行综合分析做出诊断。以病原学、病理学结果作为确诊依据。儿

童肺结核的诊断,除痰液病原学检查外,还要重视胃液病原学检查。

二、目前我国有哪些针对肺结核诊断和治疗的优惠政策?

在各地的结核病防治专业机构,为初次就诊的肺结核可疑症状者或疑似肺结核患者提供免费胸片和痰涂片检查,为初次确诊并治疗的肺结核患者和复治涂阳肺结核患者提供免费抗结核治疗药品(国家标准化疗方案中规定的抗结核药品、注射器和注射用水)。并且,我国肺结核诊疗优惠政策不受户籍限制,也就是说流动人口无论走到哪,都可以与当地居民一

样,享有国家的诊疗优惠政策。

需要说明的是,由于抗结核药物对肝肾功能可能产生一定的损害,为了及时发现药物的副作用,在治疗过程中需要监测肝肾功能,而这部分检查的费用不在国家规定的免费项目范围内。有的患者还需要服用保肝、保肾药物,这些费用也不在国家规定的免费项目范围内,不过可以通过新农合、城镇医保、贫困结核病人救助等途径按规定进行一定比例的报销。

三、校园等集中人群结核病防治工作的重点提示

学校是一个人群高度集中的特殊群体,

极易造成传染病的暴发流行。近年来我国学校结核病疫情形势严峻,各级各类学校要加强对学生的健康教育工作,切实改善教学和生活环境,加强实施日常晨午检、因病缺课请假登记和追踪、休学等工作,将结核病检查项目作为学校新生入学体检和教职员工常规体检的必查内容,各中学每年应组织开展高二、高三年级学生结核病筛查工作,按规范要求处置疫情,开展密切接触者筛查,防止聚集性疫情,确保广大师生健康。(记者 张敏 辑)

合川疾控中心

健康之窗

健康热线: 42731816
地址: 南城上什字梨园南路173号
疫情电话: 42737118

2022年“寻找合川最美护士”海选活动开始啦!

本报讯(记者 王灿)3月23日,记者从区卫生健康委获悉,为弘扬南丁格尔救死扶伤的人道主义精神和为护理事业无私奉献的高尚品质,表彰奖励在我区在护理工作岗位上“爱岗敬业、无私奉献”的先进模范人物,营造全社会尊重护士、爱护护士的良好氛围,区卫生健康委将在全区开展2022年“寻找合川最美护士”海选活动。

据悉,本次活动采取单位推荐、群众推荐、个人申报的方式海选“合川最美护士”候选人,通过网络投票、评委组综合评审等方式确定2022年度“合川最美护士”10名。全区所有在岗护士均可报名参加评选,评审人员将根据政治素养过硬、业务素质精湛、“爱岗敬业、无私奉献”等条件进行评选,挑选出在疫苗接种、应急值守、流调溯源、医疗救治等工作岗位上做出突出贡献;在基层公共卫生服务工作中,做好群众健康守门人,成绩显著有感人故事,得到服务群众的广泛认可;在临床一线护理岗位上,坚持以病人为中心,深受同事、病人及家属的肯定和赞扬,爱岗敬业、无私奉献的白衣天使。

据了解,各参选人员可通过线上线下两种方式进行报名。线上报名方式即通过“健康合川”微信公众号下载《2022年“合川最美护士”候选人申报表》(以下简称申报表),填写报送电子件至指定邮箱;在“今日合川”及“健康合川”微信公众号、“健康合川”微博、“健康合川”头条号等渠道扫描“合川最美护士”海选海报的二维码、点击报名链接等方式填写申报表。线下报名即通过在辖区医疗机构获取申报表,扫描电子件报送至指定邮箱或提交纸质件至区健康教育与信息中心(合川区江亭路1号)。报名截至3月28日,逾期不再受理。



日前,区中医院组织医生走进合川区健康科普馆,讲解全身各部位的中医穴位和作用,并对推拿按摩手法进行现场教学,让群众切实体验中医传统医学的疗效。近年来,区中医院始终以志愿服务为抓手,将中医药文化宣传与中医药适宜技术推广相结合,致力于让更多群众了解掌握中医养生保健知识,发扬中医国粹。

通讯员 陈有军 摄

东津沱社区渝康家园 举办精神病患者康复与健康培训



培训现场

本报讯(记者 周云 摄影报道)3月15日,东津沱社区渝康家园举办社区精神病患者康复与健康培训,来自南津街街道辖区内的10余名精神病患者参加培训。

本次培训由区民政局、南津街街道、区精神卫生中心、东津沱社区卫生服务中心、区江城社会工作服务中心(以下简称“江城社工”)主办,区精神卫生中心医生谢永志与江城社工志愿者一道,为前来参加培训的精神病患者讲解精神治疗及康复方法,并就精神病患者日常服药管理、肢体管理、社区康复、同伴互助交流等进行现场培训。

据了解,东津沱社区渝康家园位于南津街街道东津沱卫生服务中心内,是由区民政局、南津街街道、东津沱社区卫生服务中心、江城社工联合打造的合川区首个精神障碍社区康复服务试点。它采用“医院+社区+社会组织+家庭”模式,探索以家庭为基础、机构为支撑、部门为指导的社会化、综合性、开放式精神障碍社区康复服务体系,为有康复需求的精神障碍患者提供心理疏导、健康管理、技能训练、困难帮扶、社区融合等服务,帮助患者逐步摆脱疾病,融入社会。



社会主义核心价值观

富强 民主 文明 和谐 自由 平等 公正 法治 爱国 敬业 诚信 友善



文明餐桌 节俭养德

讲文明树新风公益广告
重庆市合川区文明城区建设指导中心(宣)
重庆市合川区融媒体中心