

本期聚焦

晋江市中医院内分泌科专家提醒: 感冒后脖子痛 当心“亚甲炎”

提起甲状腺疾病,也许你会想到甲亢、甲减、甲状腺结节等一系列疾病。殊不知,伴随气温逐渐升高,病原微生物逐渐活跃,夏季有一种通常于感冒后1~2周起病的疾病进入了高发期,那就是——亚急性甲状腺炎(简称“亚甲炎”)。该病起病隐匿,很多患者常误以为是单纯的呼吸道感染,导致病情迁延不愈。许多人万万没想到——感冒也会和内分泌科疾病有关。很多患有亚甲炎的病友常辗转多次方才确诊,说来都是辛酸泪!

厝边案例

出入空调房忽冷忽热 错把“亚甲炎”当成“感冒”

咱厝34岁的吴女士是个新晋江人,也是一名写字楼白领。因工作原因,她时常需要在阳光强烈的时候外出办事,也因此经常在空调房中进出。2周前加班后,她感冒了,“觉得喉咙疼,我就自己买药吃了。”吃药后,吴女士的喉咙痛不见好转,且越来越严重,并出现了头痛、颈部疼痛等症状,吞咽时,喉咙痛更为明显。一开始,吴女士并未在意,后来竟慢慢出现心悸、乏力等症状,细心的母亲还发现吴女士的颈部好像变粗了。吴女士以为自己得了甲亢,于是便来到晋江市中医院内分泌科就诊。

经过甲状腺功能、血常规、血沉及甲状腺彩超等检查,最终吴女士被诊断为“亚急性甲状腺炎”。经过抗炎及中药治疗后,吴女士的症状明显改善。



精准诊断 “火眼金睛”找出病症所在

晋江市中医院内分泌科主任王永发表表示,“在门诊时,常遇到像吴女士这样的年轻女性患者来就诊。她们有一个共同的特点就是,加班后出现感冒,随之而来的是低热、心悸、颈部疼痛,一般都需要辗转求医后才来到内分泌科,最终被诊断为亚甲炎。”

王永发主任介绍,亚甲炎又称非感染性甲状腺炎、病毒性甲状腺炎,一般认为和病毒感染有关。本病多见于中青年妇女,是一种常见却极易被忽视的甲状腺疾病。该病的发病有季节性,如夏季是其发病的高峰。起病时,患者常有上呼吸道感染。病毒感染后1~3周发病,典型者早期可伴一过性甲状腺机能亢进症,少数患者遗留甲状腺机能减退症。临床症状多见发热、心悸、咽痛、颈部局部肿大疼痛等。实验室检查可见甲状腺

功能异常,血沉增高,血清甲状腺激素浓度升高与甲状腺摄碘率降低双向分离。

值得一提的是,该病轻症患者可单纯服用中药或解热镇痛西药治愈;部分患者需联合使用糖皮质激素,如泼尼松,疗程约6~8周。中药辅助治疗亚急性甲状腺炎具有很大优势,并可减少西药的不良反应。

王永发主任表示,其实,内分泌科除了需对慢病进行管理外,还有不少疑难病、罕见病,同样考验着内分医生的“功力”。其中,疑难病症往往罕见而隐秘,通过常规检查难以明确诊断,极易误诊漏诊。这就需要医生像侦探一样,探究细节,追根溯源,抽丝剥茧。而精准的诊断背后,是内分泌科医师精益求精的敬业精神和日复一日的经验积累。

专家提醒 亚甲炎治疗期间的注意事项

王永发主任提醒大家,随着生活节奏的不断加快,不少人常对自己身体的异常不够重视。比如,会认为自己只是单纯的感冒上火嗓子疼,吃点药就行,或直接采取刮痧、火罐等“败火”行为。“这样做是不科学的,还是应该到医院查明原因后,再采取治疗。”

王永发主任建议——首先,应当注意休息,避免感冒。其次,饮食上应注意营养成分的合理搭

配,多食高蛋白、高维生素、低盐、低脂饮食;补充足够的水分;处于甲亢阶段的患者,应避免高碘饮食;如果有心悸症状、心率较快的患者应尽量避免辛辣、浓茶、咖啡等饮食。在恢复期可以根据自身情况,咨询专科医生后,服用一些具有扶正益气的食材,如薏米、山药、香菇、木耳等。

最后要提醒一句,服用抗炎药物治疗的患者应注意消化道情况的观察,特别是大便秘性状,注意消化道出血的发生。

指导单位
晋江市卫生健康局

特约协办

电话 0595-85891234
预约咨询时间:24小时,节假日无休

门诊就诊预约方式:晋江市中医院微信公众号预约、电话预约、自助机预约

地址:晋江市泉安中路1105号

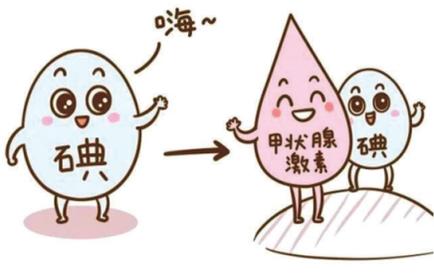
健康课堂 身体出现这些“异样”不妨查查“甲功”

别看甲状腺是人体脖子上一个像蝴蝶的小器官,若它的功能发生异常,就会对我们的身体造成非常大的影响。晋江市中医院内分泌科副主任医师陈晓红介绍,“甲状腺激素可以促进机体新陈代谢、产热维持体温、调节全身各个脏器的生理功能、维持神经系统的兴奋性。当甲状腺激素水平出现异常时,势必会引起机体这样或那样的不适,这些异常的症状或体征,往往就是我们发现甲状腺疾病的重要线索。”那么,甲状腺功能异常会有哪些征象呢?本期健康课堂,邀请陈晓红为大家进行解析。

发现哪些异常需检查甲状腺功能?

甲状腺疾病是常见疾病。但是,其发病过程通常是渐进式的。那么,发现身体出现哪些症状,代表甲状腺功能异常呢?

陈晓红建议,若有以下10个情况,建议先查甲状腺功能,包含:怕热多汗或畏寒少汗,不明原因的心动过速或心动过缓,顽固性的腹泻或便秘,不明原因的体重减轻或体重增加,精神亢奋或情绪低落,失眠或嗜睡,月经不调及不孕不育,不明原因的贫血,黏液性水肿或浆膜腔积液,不明原因的高脂血症。



得了甲状腺疾病 该限碘还是补碘?

碘是人体必需的微量元素,是合成甲状腺激素必不可少的重要原料,在维持机体健康的过程中发挥着重要的作用。然而,碘缺乏或者碘过量都会影响甲状腺的形态结构和生理功能,导致甲状腺疾病的发生。因此,不同甲状腺疾病对于碘的摄入量不同。陈晓红解析如下——

- 甲状腺机能亢进症:甲亢患者应该限制碘的摄入,尽可能忌用富碘食物和药物。如果应用放射性碘治疗甲亢,含碘多的食物例如海藻类等应该禁用至少7天。
- 甲状腺机能减退症:如果甲状腺全部切除或完全破坏所致甲减,摄碘和合成甲状腺激素的器官已不存在或功能丧失,患者需要接受甲状腺激素的替代治疗,因此食用加碘食盐或未加碘食盐对甲状腺无明显影响。如果甲状腺腺叶切除或甲状腺组织尚有残留,可以正常碘饮食,包括食用加碘食盐。
- 自身免疫甲状腺炎:建议甲状腺功能正

常的自身免疫甲状腺炎患者适当限碘,可以食用加碘食盐,但适当限制海带、紫菜、海苔等富碘食物的摄入。

- 甲状腺结节:碘摄入量过多或不足都能使结节的患病率升高,所以要适碘饮食。如果甲状腺结节有自主功能,导致了甲亢,要限制碘的摄入。
- 妊娠甲状腺疾病:在妊娠前半期,妊娠妇女饮食中所需要的碘要多于非妊娠妇女。妊娠期患有甲状腺疾病的患者,要摄取足够的碘,食用加碘食盐是最好的方法,但要注意定期监测甲功。患有自身免疫甲状腺炎和甲状腺机能减退的妊娠妇女,还要定期监测甲状腺功能。

陈晓红坦言,不同甲状腺疾病对于碘摄入量不同,并非所有甲状腺机能减退症患者都是缺碘引起,需要限碘或补碘应根据不同病因而定;妊娠期甲状腺疾病的碘摄入与非妊娠期甲状腺疾病不同,应及时就诊,遵循医生的建议。

健康问答

桥本甲状腺炎怎么治?

桥本甲状腺炎是什么?桥本甲状腺炎怎么治?人到中年,不少人的日常生活就是单位和家两点一线。与此同时,有些人也渐渐出现了力不从心、四肢乏力、精神倦怠,严重时甚至还有伴发下肢浮肿等躯体症状。然而,人们却总是习惯于将原因归于经常熬夜、工作劳累等。殊不知一种特殊的疾病——桥本氏甲状腺炎,这个病最偏爱的人群是中年女性,因此也被称为“女性的另类中年危机”。值得一提的是,有很多病友通过使用食疗、减少压力等方法,成功地将甲状腺抗体降低到正常值范围内。

晋江市中医院内分泌科医生李雅静表示,桥本甲状腺炎是一种自身免疫性疾病,是导致甲状腺机能减退的重要原因。而桥本甲状腺炎的主要因素有遗传因素、环境因素和肠道通透性的改变。“我们能通过补充左甲状腺素钠片,把甲状腺功能调整到正常,同时养成良好的生活习惯,避免高碘食物摄入。这样的话,对我们的人体健康就不会有大影响。”

本期《健康问答》邀你来参与,请将答案通过短信的形式,发送至15980068048,我们将于下期《健康在线》专版公布答案,并抽取部分幸运读者送上精美礼品。

- 桥本甲状腺炎并甲减怎么治疗呢? ()
- 头抱类消炎药
 - 糖皮质激素治疗
 - 多吃海带紫菜
 - 补充左甲状腺素钠片,良好的生活习惯。

科室巡礼

中医院内分泌科: 以患者为中心 探索慢病管理新模式



没有惊心动魄的抢救,没有高精尖端的手术,在综合医院,内分泌科往往不是最“抢眼”的科室。然而,晋江市中医院内分泌科却能在时代洪流中站稳脚跟、勇立潮头。日前,晋江市中医院内分泌科载誉颇丰,被评为“国家卫生健康委县域内分泌学科发展助力工程试点单位”“中南大学湘雅医院代谢病中心泉州分中心合作单位”“福建省糖尿病协作网成员单位”及“泉州市糖尿病医疗质量控制中心成员单位”。

晋江市中医院内分泌科成立于2006年,是晋江市最早成立的糖尿病和甲状腺专科门诊。

自科室开展工作以来,始终坚持人才是学科建设的内生动力,致力于发展“人才+创新”的专业化发展道路。内分泌科现有副主任以上医师2名、主治医师1名、住院医师1名、研究生以上学历医师3名。科室拥有专业的医护团队,年门诊急症量超过50000人次。

慢病管理是个精细活。遇到需长期随访的患者,晋江市中医院内分泌科团队不仅对其饮食习惯等生活方式了如指掌,甚至家庭成员健康情况都一清二楚,只有这样,才能为患者提供个体化的诊疗方案。此外,慢性病需长期用药,晋江市中医院内分泌科团队将相关医保报销政策、流程烂熟于心,一律不许用“不清楚”敷衍了事。“在这儿,从来就不是‘病人跟着大夫跑’,而是‘医生围着患者转’。”

值得一提的是,近年来,科室又开展了科内实验室检查与三甲综合性医院同步的新模式,与上级名院专科一直保持着良好的协作关系,学术氛围浓厚,并拥有皮下胰岛素泵、雅培瞬感动态血糖监测仪、动脉弹性功能检测仪、双能X线骨密度仪、中药熏蒸仪、中频脉冲等先进的诊疗设备。

院内,病区由专科医生及护士每周为糖尿病患者做健康教育指导,引导患者养成良好的生活习惯。院外,科室定期组织对外慢性病义诊,免费筛查糖尿病、甲状腺疾病、骨质疏松等活动,为群众发放慢病宣传资料,并指导养身保健操及慢性病的防治策略。

科室自拟协定方“糖渴汤”,治疗糖尿病及糖尿病周围神经病变;“解毒消瘿汤”“消痰散结方”治疗甲状腺疾病;并开展多项中医外治特色项目,如推拿、针灸、中药足浴、中药贴敷等。在中西医结合治疗糖尿病及其慢性并发症、甲状腺疾病等方面取得显著的疗效。

“从事医疗行业,要认真、谨慎,更要创新,不能只做已经做过的事情”,这不仅是晋江市中医院内分泌科王永发主任常挂在嘴边的话,更是晋江市中医院内分泌人的共同宣言。

专家风采



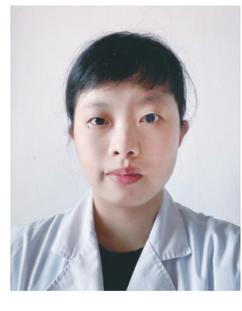
王永发 内分泌科主任,副主任医师。中国医师协会中西医结合医师分会内分泌代谢病专业委员会委员,福建省中西医结合糖尿病分会委员,福建省糖尿病学会微血管并发症学组委员。

擅长:糖尿病及其并发症、甲状腺疾病、肥胖症、痛风、高脂血症、骨质疏松症、肾上腺和垂体等内分泌代谢性疾病的诊治。



陈晓红 女,硕士研究生,副主任医师,中国中药协会内分泌疾病药物研究专业委员会委员,中华中药学会糖尿病分会青年委员,福建省医学会糖尿病分会血糖监测血组委员。

擅长:糖尿病及其慢性并发症、痛风及甲状腺疾病的中西医结合临床诊治。



李雅静 主治医师,硕士研究生,毕业于福建中医药大学,福建省中医全科医学分会委员。

擅长:糖尿病及其并发症、甲状腺疾病、痛风等内分泌代谢性疾病的中西医结合诊治。