

平时碘摄入过多,还爱吃零食 12岁女孩确诊甲状腺癌

近日,一则“浙江12岁女孩确诊甲状腺癌”的新闻引发关注。这位女孩一年前曾在颈部摸到有一个小肿块,后续肿块逐渐增大,最终被确诊为甲状腺癌。

为什么这么小的孩子得了甲状腺癌?保护甲状腺又该注意什么?

1 12岁女孩确诊甲状腺癌

12岁女孩妍妍(化名)一年前就曾摸到自己前颈部右侧有个小肿块,在父母陪同下当地医院就诊,初步考虑肿块性质良性,因年纪尚幼,也没有特别不适,便被告知随访

关注即可。

可近日,妍妍感觉肿块逐渐增大,有“核桃”大小,于是家人带着她到医院就诊。接诊的浙江台州恩泽医院乳腺甲状腺外科主任医师江国斌检



查后,考虑孩子年纪虽小,但肿块持续增大,质偏硬,建议还是需要手术治疗。术后病理提示,妍妍患的正是甲状腺乳头状癌,且颈部淋巴结也有转移。

“我们没想到小孩子还会得癌症,这次幸好及时过来治疗了。”妍妍父母暗自懊悔。出院后,妍妍还将进行内分泌药物抑制治疗,并定期检查。

2 为啥儿童也会得甲状腺癌

目前,儿童甲状腺癌发病机制、病理学亚型与成年甲状腺癌有所不同。儿童甲状腺癌可能与以下因素有关:

1.儿童时期电离辐射的影响,包括一些荧光手表、X线等,这是明确的危险因素。

2.有些甲状腺本身的疾病,比如大家所熟悉的桥本氏甲状腺炎,儿童结节合并甲状腺炎会增加甲状腺癌的风险。

3.超重和肥胖,可能也与儿童及青少年甲状腺癌的发生有关,且会增加成年后甲状

腺癌的患病风险。

4.儿童时期的碘缺乏或者碘摄入过多都会影响甲状腺疾病的发生,也会在一定程度上增加甲状腺癌的发生。

此外,儿童甲状腺癌还受重金属、食品添加剂、环境致

癌物等其他环境与营养因素的影响。

据了解,妍妍父母常年在外做生意,妍妍平时跟着奶奶一起生活,碘摄入过多,吃零食较多,患上甲状腺癌可能与这些有关。

3 出现5种症状要留意甲状腺癌

中山大学附属第六医院甲状腺疾病诊治中心主任刘天润介绍,很多甲状腺结节是良性的,多数不用积极处理,只有少部分属于甲状腺癌,需要进行干预。甲状腺癌主要有以下5个症状:

颈前肿物 尤其是颈部的结节比较硬,或者形状不规

则,或进行性增大的时候,要注意排查一下是不是甲状腺癌。

一般儿童颈前肌肉组织比较薄弱,出现甲状腺结节时,更容易通过颈部触摸发现无痛性包块。

淋巴结肿大 甲状腺乳头状癌另一个主要特点是容易

往淋巴结转移,如果有甲状腺结节,而又伴有颈部肿大淋巴结,就要进一步排查是不是甲状腺癌。

声音嘶哑 甲状腺肿瘤压迫或者侵犯喉返神经,导致神经功能障碍时,会影响发声质量,导致声音嘶哑。

咳嗽、咳血、呼吸困难 甲

状腺靠近气管,甲状腺肿瘤侵犯气管的时候,可能会引起气管的一些症状,如:咳嗽、咳血、呼吸困难等。

吞咽困难 甲状腺的后面有食道,我们吞咽食物的时候需要经过甲状腺,因此当甲状腺肿瘤增大到一定程度,就会导致患者出现吞咽困难的情况。

4 如何保护好甲状腺

日常生活中,我们该如何预防甲状腺疾病呢?新疆医科大学第五附属医院甲乳外科主任邵国安给出建议:

保持良好心态 中医认为,压力导致过劳体虚,从而引起免疫功能下降、内分泌失调,体内代谢紊乱;压力可致使精神紧张引起气滞血瘀,毒

火内陷,从而增加患甲状腺疾病的几率。

保持精神愉悦,防止情志内伤,这是预防本病发生很重要的一个方面。

多做运动 运动能够促进人的抵抗力,能调节人的内分泌系统保持正常,能调节人的心情。

饮食别太“过” 注重平常饮食问题,要吃富有营养的食品及新鲜蔬菜,不吃过热、过冷、过咸、过辣的食物。

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。

避免过量辐照 X射线是

造成甲状腺疾病的重要因素,尽量避免儿童头部颈部X线照射。

积极随访疾病 如患有甲状腺炎症、甲亢、甲减、甲状腺结节等疾病,都应及时到医院规范随访诊治,避免严重并发症发生。

据健康时报

连日徒步爬山 膝盖险些“报废”

近日,武汉46岁的赵先生在外旅游,因连日徒步爬山,没想到膝盖“罢工”疼得走不了路。到武汉市中心医院杨春湖院区骨科检查发现,赵先生膝盖半月板部分裂开。

连续暴走,膝盖险“报废”

赵先生工作繁忙,平时很少运动。前段时间,他听朋友讲述户外徒步和爬山的经历,对这项活动产生了浓厚的兴趣。今年恰逢双节长假,赵先生早早制订好出游计划,还专门购买了防晒帽、登山鞋、速干衣、登山杖等装备,和几个朋友相约去外地徒步爬山。

因平时没怎么运动和锻炼,赵先生作为新手“小白”,徒步、爬山时累得大气直喘,看着朋友们轻松的样子,他也只好咬牙继续前行,花了3个小时爬到了山顶,然后又沿原路返回到山脚。

第二天,他和朋友们去了另一个景点,又是一路暴走。当天晚上,赵先生感觉膝盖莫名疼痛,早上醒来腿不能伸直,就连正常的平地走路都很困难。无奈,赵先生只好提前结束行程返回武汉。

简小飞主任医师检查发现,赵先生两条腿的膝关节半月板都有部分裂开,这是造成他膝盖疼痛的原因。医生建议赵先生先保守治疗,如果不能愈合,就要考虑做关节镜微创手术治疗。

过度运动伤膝关节

医生指出,爬山太猛导致受伤的患者,最常见的就是肌肉扭伤、半月板撕裂、腰肌劳损等。特别要注意的是,上山的时候,膝关节负重基本上就是自身体重,而下山时除了自身体重外,膝关节还要负担下冲的力量,这样的冲击会加大对膝关节的损伤。

不少患者平时不怎么运动,突然一次剧烈的爬山,膝关节一下子难以适应,很容易造成损伤。

专家提醒,户外徒步爱好者徒步、爬山,应合理安排行程,遵循适度为主、循序渐进的原则,不要过度运动。患有骨关节炎、腰椎间盘突出或者上了年纪的老人最好不要爬山。

据长江日报

您还为颈肩腰腿疼困扰吗?

董家骨科膏药铺

止痛不是目的 治痛才是目标

适用人群

颈椎病、腰椎间盘突出、椎管狭窄、骨质增生(骨刺)、坐骨神经痛、腰肌劳损、风湿、类风湿关节炎、关节肿胀变形、肩周炎等。

地址:沧州市运河区二中东侧工商银行南门对面董家骨科

电话:13731731212 17736989779

冀医广[2020]第5-16-120号

沧州市新华区慧享福康养中心 特价推出

冬季客房20间,环境优美、舒适,租期四个月(2023年11月-2024年2月),定价每人5000元/床,2-3人/标准间。免费三餐、地暖、水、电、洗浴及过年团餐,个人用品自备。即日起接受报名。

联系电话:3066318 13803170900