

为什么患有甲亢？如何治疗

杨春莲

(巴中市中心医院 636000)

提到甲亢可能很多人还不够了解,但是说到甲亢很多人就会想到大脖子,没错,甲亢的主要症状是甲状腺肿大,故俗称“大脖子”,其全称是甲状腺功能亢进,此病是一种全身内分泌疾病,在临床中较为常见,很多人觉得此病可能是人们饮食不节所致,但事实上诱发甲亢的原因有很多,甲亢虽不会致命,但是会危害人们的身心健康,故今天来详细分享甲亢的发病原因以及如何治疗才能尽快康复。

一、甲亢是什么？为什么患有甲亢？

甲亢全名甲状腺功能亢进,是由于甲状腺激素分泌过多而引起的慢性内分泌疾病,主要表现为机体代谢亢进和交感神经兴奋,其中女性的患病率高于男性,由于其发病原因不同,故将其分为原发性甲亢和继发性甲亢,对于甲亢的原因在民间流传一种说法,甲亢是一种富贵病,因为家中不缺盐,大量进食所致,但事实上其病因真这么简单吗?

病因一:遗传因素所致。家族遗传和自身免疫影响是其首要病因,而且遗传因素是无法避免和预防的,有遗传甲亢史的家族患病率相对较高。

病因二:环境因素。长期处于过度紧张、焦虑等环境下会造成精神刺激,生活压力大、身体劳累、创伤以及感染等情况均会诱发甲亢。

病因三:内分泌失调。女性发生内分泌失调的概率高,所致女性为主要患病群体,特别是在怀孕阶段很容易引起健康,另外紧张的心理和繁重的心理负担也会影响身体激素水平。

病因四:碘摄入过量。直接有病因因素是碘超标,特别是喜食海鲜或沿海城市的居民患此病的风险高,因为碘摄入过量会影响机体平衡,发生甲状腺分泌过量,造成甲亢。

病因五:心血管疾病。既往有心血管疾病史或年龄大的妇女易患各种心脏病,存在心动过速、心绞痛、心律失常和心力衰竭等,这类情况会增加甲亢的患病率。

为了让人们更准确的能区分甲亢,尽早发现并采取有效治疗,必须要熟悉甲亢的发病症状,(1)甲亢最明显的症状是甲状腺肿大,也就是脖颈肿大,随吞咽动作会上下移动,随着肿块的增大,病人慢慢出现吞咽障碍、呼吸急促等。(2)甲亢影响机体激素水平,进而会导致病人的眼睛异常,视力受影响,如眼球突出,眼神惊恐,缺乏灵气,怕见光、易流泪、眼部肿痛且无法全部闭合,严重者会导致角膜水肿、溃烂或失明。(3)长期甲亢会影响病人的精神状态,早期情绪烦躁、精神敏感、乏力、多疑、焦虑、失眠,甚至出现躁动、幻觉等。(4)甲亢病人多饮多食,经常感到饥饿,但是其体重却不升而降,有时餐后消化不良,时而腹泻,时而便秘,身体感到疲惫、心悸和气促等。

二、得了甲亢后应该如何治疗？

现如今,甲亢的患病率呈逐年上升趋势,对人们的身心健康造成极大伤害,甚至给人们的生活造成严重干扰,那么了解甲亢的病因和发病症状后,如何治疗甲亢需要我们进一步展开阐述。

(一)药物治疗法。甲状腺亢进首选抗甲状腺药物治疗,不同病情推荐的药物不同,如果存在以上甲亢症状最好先到正规三甲医院检查,确诊后遵照医嘱合理用药,如咪唑类的甲硫咪唑和硫氧嘧啶类的丙基硫氧咪唑啉等,这些药物均要遵医嘱按时按量服用,不要私自停药和调整剂量,一段疗程后定时复查。

(二)放射碘治疗。放射碘仅适用于甲状腺中度肿大或术后甲亢复发者,其治疗用药结合患者对放射碘的吸收决定,放射性碘被甲状腺吸收后会释放 β 射线,进而破坏甲状腺组织,减少甲状腺激素分泌来缓解病情,切不可用于治疗孕妇、哺乳期女性等特殊群体,因此此治疗方法具有放射性,会影响胎儿及新生儿。

(三)手术治疗。甲亢病情不严重一般不建议手术治疗,如果肿大部位均匀,触及没有确切的包块建议服用药物治疗,若治疗无效可采取碘 131 治疗,如果发现包块明显,触及有结节,而且药物治疗无效者则选择手术切除,注意术前要了解患者的手术禁忌证和适应症,确保手术的可行性和安全性。

(四)中医治疗法。从中医学角度分析甲亢属于“瘰疬”范畴,其病因机制是由于禀赋不足、肝肾阴虚、精神刺激和情志不悦等诱发此病,故中医治疗应以调整免疫功能和神经功能,抑制甲状腺激素分泌为主。

(五)饮食治疗法。饮食控制是治疗甲亢的关键,特别是碘的控制,碘是甲状腺激素合成的主要原料,所以甲亢病人一定要减少摄入含碘食物,如海带、紫菜、海鱼、虾蟹等海鲜,少吃辛辣刺激食物,戒烟戒酒,减少葱、蒜、辣椒的摄入。每餐营养要荤素合理搭配,及时补充各种能量和碳水化合物,多补充维生素和优质蛋白,进食新鲜果蔬。甲亢病人除了不能进食含碘类食物,还需要注意不能吃寒性水果,如西瓜、番茄、猕猴桃、芒果、香蕉、柚子、椰子等,不能吃胡萝卜、卷心菜及马铃薯,因为这些食物均会引起甲状腺肿大。

(六)预防治疗。生活中一定要养成良好的生活习惯,早睡早起,加强感冒预防意识,每年进行全身检查,若存在甲亢最好不要备孕,先治疗再安全妊娠。学会自我心理释放,每天保持愉悦的心情,乐观面对生活,减少心理负担和压力,定期约好友外出郊游、散步,缓解紧张精神,选择一些有氧运动坚持锻炼,不仅能舒缓心情,还能增强体质,提高身体免疫力。