

市民王女士3个月前突然发现脖子上长了一个包块,原以为是淋巴结肿大,但吃了消炎药后不见好。为查找原因,她来到当地医院检查,发现甲状腺有个体积较大的结节。由于惧怕手术,又担心术后脖子上留疤,王女士便一直未处理。

近日,王女士发现有呼吸和吞咽困难,无奈之下来到乐山市人民医院就诊,经穿刺活检病理诊断为良性结节。考虑王女士对美观的需求,市人民医院甲状腺、乳腺外科在上级医院指导下,与超声医学科紧密协作,为王女士实施了超声引导下甲状腺结节微波消融术,“扎一针”就解决了王女士的烦恼。

脖子上“扎一针”,就能让甲状腺结节消失,微波消融术是怎么做到的?

### 小伤口去除大麻烦

据市人民医院甲状腺、乳腺外科主任李远平介绍,甲状腺结节微波消融术是在超声显像引导下将一根微波消融针(仅有牙签粗细)经皮精准穿刺到甲状腺结节内,通过热能使结节组织发生凝固坏死,术后一段时间坏死组织慢慢被机体吸收,结节逐渐缩小甚至消失,可达到只消融病灶,不损伤正常组织,保留甲状腺功能。同时提高机体免疫力,抑制肿瘤细胞扩散的目的,最终可以达到与手术切除相同的效果。

目前,微波消融治疗已经广泛运用于国内外许多肿瘤中心及乳腺甲状腺外科的临床工作,成为甲状腺结节微创治疗的新趋势。

### 理性看待甲状腺结节

随着人们健康意识增强,体检变得越来越普遍了,这就带来一个问题,很多人尤其是女性,在做颈部B超时,发现“甲状腺结节”,于是各种紧张和不知所措。

对此,李远平表示,从专业角度讲,甲状腺结节根据病因可以分为5种类型,甲状腺炎性结节、结节性甲状腺肿块、甲状腺囊性病变、甲状腺腺瘤、甲状腺恶性肿瘤。除了最后一种是恶性病变,前面4种多数都是良性的病变。



患者与医护人员共同面对烦恼 医院供图

# 「扎一针」解决甲状腺结节患者烦恼

记者 戴余乐

### 这些食物慎食

另外,如果发现自己甲状腺功能有问题,在饮食上也要多加注意。

**海鲜:** 虾和各种海鱼富含丰富的碘,比平时吃的碘盐中的碘含量高出很多倍。当甲状腺功能正常或者甲减或者亚甲减状态时不会有啥子影响,但在甲亢情况下,富含碘的食物吃多了会加剧症状——比如心率增快,心悸,情绪波动,震颤和焦虑。

**黄豆制品:** 在身体处于碘缺乏或者甲减状态时,黄豆制品可能会对甲状腺健康有影响,这类人群可以少吃黄豆制品。

**动物内脏:** 动物内脏是高胆固醇食物,不管有没有甲状腺的问题都该少吃,且动物内脏含有一种脂肪酸——硫辛酸,会引起甲状腺激素的明显波动。

### 这些东西可多吃

**绿色时蔬:** 镁离子对身体中的很多功能有重要影响,其中就包括甲状腺功能。镁是甲状腺激素合成的必要条件,而绿色蔬菜中富含镁,多吃对维持甲状腺功能有好处。

但需要注意的是甘蓝和西兰花是例外,这两种东西会干扰甲状腺激素的合成和碘的摄取,对于碘缺乏或者是甲减的患者要少吃。

**坚果:** 坚果中的杏仁、巴西坚果、葵花籽、腰果中含有丰富的镁元素也对维持甲状腺的健康有好处。

## 急救演练 保障母婴安全

本报讯(记者 戴余乐 摄影报道)为强化产科医务人员的急救意识,提高急救应急能力,近日,乐山市人民医院产科联合麻醉科手术室、儿科等科室的医护人员在产房分娩间进行了一场产房紧急剖宫产的急救演练。

产房紧急剖宫产就是为探讨如何缩短产房紧急剖宫产时间,以优化应急救治流程,降低新生儿窒息率,更好地保障母婴安全。此次演练由市人民医院医务科牵头,联合产科医师团队、产房助产士、麻醉科、新生儿科等全力配合。演练模拟一例产房脐带脱垂、伴发胎儿心率频繁减速的病例。产房助产士在待产间发现胎心减速,呼救同时通知值班医师查看患者,阴道检查发现脐带脱垂,立即汇报二线医师并启动产房紧急剖宫产流程。手术室麻醉及护理人员、儿科等多学科团队迅速到达产

房,立即实施产房紧急剖宫产胎儿娩出。这期间需要相关科室协助配合、做好知情告知及新生儿抢救的一切准备。产房紧急剖宫产需要所有团队成员的有效沟通并建立长期有效的衔接机制,团队成员默契配合,才能将DDI(国际上评价产科质量的重要指标)时间进一步缩短至理想的5-15分钟之内。

演练结束后,大家相互交流心得。产科副主任医师许洪梅总结了此次演练,并指出了不足之处。希望大家总结经验,再次完善、更新产房紧急剖宫产流程,并持续改进,做好产科的急救工作。

据悉,下一步,市人民医院还将继续组织类似的应急演练,建立一支训练有素,以最快的速度来应对产科各种紧急情况,更好地保障母婴安全。



演练现场