



甲状腺里的“木乃伊”

“木乃伊结节”的自述

▲ 怀化市第二人民医院 秦华芳

在人体甲状腺里有个有趣而又恐怖的名字——“木乃伊结节”，我就是那个大名鼎鼎的“木乃伊”，人们咋听到“僵尸”这个词，会把我与恶性结节联系在一起，其实不然，我属于良性结节，接下来给大家科普下“千人千面”“变化无常”的我。

在甲状腺众多的兄弟姐妹中，我时常因为外表长相干瘪、丑陋形似恶性结节而屡招超声医生嫌弃，所以，在他们的工作日常中把我归类到人人唾弃的4类结节中去，甚至分到5类的也有。所谓的4类、5类结节就是我们常说的癌症大概率事件，有了这项“帽子”戴着，我的主人从此对我也是格外的“重视”和“关照”，由于超声分级高的缘故，很多和我一样的兄弟姐妹被主人锁定目标，小者挨针，大者被一锅端掉。

专业医生赋予我的名称也很多，“僵尸结节”、“木乃伊结节”“皱缩结节”等，意外的是第一次称我为“僵尸结节”，居然还是个外国医生，早在2015年，我就被外国学者Lacout A形象地命名为“木乃伊结

节”“僵尸结节”，从此我便闻名中外，人们对我的研究更乐此不疲了。

然而，“木乃伊结节”专业的医学解释是：良性结节发生形态学改变的现象，也被称作甲状腺结节木乃伊化，正如甲状腺内较大的囊性或囊实性结节随着时间的推移，结节内部的囊液吸收、固缩，胶质凝集，形态发生变化，整个病灶萎缩塌陷成为一个较小的实性结节，好比一具没有水分的“木乃伊”。

在时间的长河里，有很多原因会让我们身体内部的囊液（水分）慢慢被吸收、之后渐渐地萎缩塌陷、最后形成体积缩小的皱缩结节，在囊液吸收的过程中内部结构常出现出血、坏死、纤维化和钙化，形态发生变化，形成干瘪类似实性的结节，从而与甲状腺的恶性肿瘤难以鉴别，但是本质上我还是属于良性结节的，大家不要害怕！

是什么让我发生变化呢？

常见的原因有自发性、穿刺抽液后、射频消融治疗后、经皮注射乙醇硬化治疗后等。

所以，尽管我千人千面，变化莫测，但是超声医生还是能凭借以下几个超声特征来识别我：双边征、囊壁塌陷征、蛋壳样钙化、声晕等，其中“双边征”在“木乃伊结节”中发生率还是比较高，超声表现为高回声环之外有一圈低回声环，具有较高的特异性，一旦发现双边征应该要想到“木乃伊结节”发生的可能。

不过，有个更为简单而且有效的方法让医生很快就能识别我的庐山真面目，就是主人能提供明确的病史和历史检查报告，告知医生在甲状腺相同部位曾出现过较大的囊性或囊实性结节的重要证据，那么，恭喜你，医生逮住我的工程变得简单了。

当然有些时候，我们当中几个调皮捣蛋还特别聪明的家伙也会捉弄医生，把他们搞得晕头转向。当医生们鉴别困难时，会给主人打一针造影剂，这支造影剂也是外国人造出来专门对付我们的，中文名字取名——声诺维，这支小小的造影剂长得跟青霉素一样，但是威力惊人，从主人的上肢静脉注入

血管后，变成成千上万个细小的微泡，随着人体的血液循环，到达主人的颈部甲状腺，因为我是一具干“木乃伊”，没有发育完好的血管通道供这些成千上万的小微泡进入，群龙无首的它们像无头苍蝇一样一直围着我打转，进入不了我的身体，凭借这个特征，医生就能把我识别出来了。

我们当中最有本事的老大，当它始终给医生出难题的时候，就会被用上杀手锏，给它挨上一针——针吸细胞学检查（FNA），医生用一支长长的细针穿到我们身体来，抽取一些细胞液涂到玻璃片上，让从事病理诊断的医生用显微镜来从细胞涂片找找我身体里到底有没有隐藏着恶性肿瘤细胞。

最后，到了划重点时刻，也是广大患者朋友们最关心的问题，如果确诊是“木乃伊结节”了，接下来该怎么做？

专家给出的解答是：“僵尸结节”本质上属于良性结节，只是长得像恶性结节而已，它的形成属于自发过程，一般无需干预，定期随访就可以了。

胆囊炎的CT诊断主要用于什么？

▲ 商丘市中心医院 曹银平

胆囊炎是一种比较常见的消化道疾病，主要和不良的饮食习惯等有关，这种疾病经常发生于中年人，胆囊炎会对人们的生活造成影响，但是有许多的人还不是很了解这种疾病，那么胆囊炎如何诊断，平时又如何预防呢？

胆囊炎概述 胆囊炎是一种比较常见的消化道疾病，根据起病的急缓可以分为急性胆囊炎、慢性胆囊炎，经常并发于胆囊结石后发生。胆囊炎主要是由于胆道梗阻、胆道淤积等造成感染，从而会形成胆囊炎。并且在中年女性、重症老年人中发病率教高，不良的饮食习惯是诱发胆囊炎的主要原因，以及经常吃油腻食物、饱餐、过劳、受寒、精神因素等都是胆囊炎的诱发因素。胆囊炎患者主要症状表现为口干、口苦、食欲不振、恶心、呕吐、上腹部疼痛、发热等。

胆囊炎诊断方法 胆囊炎的主要诊断方法首先是实验室检查，这种方法是通过血常规检查，不但可以了解血细胞的升高情况，同时还可以了解肝功能指标，根据胆红素升高比例，进而能判断胆道结石。

另外还可以通过B超检查，B超检查在其中应用的比较广泛，B超在检查的过程中，不仅操作便捷而且费用也比较低，因此可以采用B超检查，从而对患者的胆囊情况进行观察，比如是否存在萎缩、增厚的情况。胆道结石也是胆囊炎比较常用的检查方法，通过胆道造影检查，可以观察胆囊是否存在排空、阻塞以及浓缩等。如果患者在做了B超之后，如果没有发现胆囊炎，还可以通过按压胆明穴判断患者是否存在胆囊炎。而CT检查是可以评估胆囊大小、胆囊以及周边组织粘连的情况，并且可以明确胆囊结石梗阻的部位，从而为医生诊断提供重要的指导意义。

胆囊炎CT诊断 胆囊炎诊断常用的检查方法包括血常规、腹部B超、血淀粉酶等检查，而腹部CT在胆囊炎中应用的也越

来越多，胆囊炎患者在住院后应该采用CT检查，如果患者疼痛症状比较严重，则需要进行腹部CT平扫查看，在检查的过程中如果怀疑有肿瘤的情况，这时应该使用腹部增强CT并且用肿瘤标记物等检查排出肿瘤情况，必要时可以采取手术治疗。

如果患者患有胆囊炎时，一般会出现胆囊肿大、胆囊壁增厚，以及有些患者的胆囊内部有结石，因此在进行CT诊断时，会表现为右上腹以及肝脏下缘胆囊明显肿大，并且胆囊内部还有积液，胆囊壁增厚，但是有时CT可能会发现不了胆囊内部的结石，可能与结石的构造原因有关，如果是胆固醇结石，会在CT上表现明显，但是如果是胆色素性结石，在CT上可能表现并不明显，并且还可能会有胆囊周围有渗液的情况出现，这就说明患者的胆囊炎症是很严重的。

如何预防胆囊炎 胆囊炎预防主要是在平时饮食上适当节制，可以适当使用菜油、豆油等素有烹调，同时要避免吃油腻的食物，多吃一些易消化的低脂肪食物，以及蜂蜜、香蕉等润肠的食物，从而能保证大便通常，减轻症状有利于疾病的康复。在发病期间，脂肪成分较高的食物，比如牛奶、鸡蛋、奶粉等也最好不要食用。如果是病情比较稳定时，可以适当做一些户外运动，而且还要注意气候的变化，避免因受寒而引起疾病发作。

对于慢性胆囊炎患者来说，还需要注意生活规律，如果疾病发作需要休息1~2天，然后再逐渐恢复正常生活和工作。最后就是要积极的治疗和预防肠道蛔虫症，避免蛔虫进入胆道形成胆囊或是胆管结石，这样会引起胆囊、胆管炎症发作。

胆囊炎主要是和胆囊结石以及不良生活习惯有关，因此在平时生活中要积极预防胆囊炎，注意饮食规律是关键，饮食要清淡，不能吃高脂、油腻食物，同时还要避免饮酒。

房颤对健康有哪些影响？

▲ 商丘市第一人民医院 董智华

房颤是一种心脏疾病，这种疾病会随着年龄增加，房颤的风险也会增加。房颤会影响到患者的生活质量，以及对心功能造成严重的损害，因此需要及时进行治疗。

房颤的原因

发生房颤常见的原因有以下几点，首先是年龄因素，因为随着年龄越大，心房颤动的风险也就越高，随着年龄的增长身体各个技能就会不断得退化，因此75岁以上人群患房颤得发病率达到10%。其次是和心脏相关性疾病有关，许多和心脏有关的疾病都可能引起房颤，比如高血压、冠心病、心力衰竭等，这些疾病引起的房颤占大多数。

还可能和遗传因素有关，因为房颤具有一定的遗传性，如果在家族中有心脏房颤的那么也会增加房颤的几率，并且有高房颤史的患者心房颤动发生率是很高的。还有一些心血管疾病无关的疾病也会引起房颤，比如甲状腺功能亢进，以及慢性阻塞性肺病等，这些疾病也可能引起房颤。最后就是一些不良的生活习惯，比如吸烟、饮酒、咖啡等都是可能会引起房颤。

哪些人群容易患房颤

在生活中，有哪些人群更容易患上房颤呢？首先是高血压患者人群，因为长期高血压而且血压控制较差者，则会增加房颤的风险，可能和左房压力增高，心房间质纤维化以及炎性细胞浸润相关。其次是糖尿病患者人群，因为糖尿病和房颤经常是共存的疾病，会使心房间质纤维化，电传导缓慢从而促使心房重构。以及超重或是肥胖的人群，这时因为超重或肥胖会导致心房重构，随着体质指数的增加，房颤发生率也会增加，因此要想避免发生房颤，就需要积极控制体重。

长期酒精摄入人群也容易患房颤，经常饮酒也会增加房颤的发病率，酒精毒性会导致心

肌纤维化，从而会形成左房疤痕和肺静脉外触发灶。最后就是运动过少或过多的人群，如果运动量过少或过多都会增加房颤发生的风险。

房颤对健康的影响

首先，房颤会导致心肌收缩能力减慢，并且血液流动速度减慢，就会在房室内淤积形成血栓，而如果是较大的血栓就很容易脱落，脱落的血栓就会随着血液留到身体的各部位，甚至会导致脑栓塞。其次是会造成患者出现心悸、心率加快等情况，如果患者患有高血压、糖尿病、冠心病等疾病时，当发生房颤就会心率加快，血压严重下降，如若不及时进行治疗就容易造成偏瘫或死亡。

房颤还会增加患者的死亡率，如果是心房颤患者没有及时得到救治，就会导致死亡，因此房颤会增加死亡率。最后，如果房颤的病情没有得到控制，就会发展为永久性房颤，从而导致患者的心房收缩功能减弱，不仅会使心律加快而且还会出现心脏衰竭的症状。甚至还会使患者的各个组织器官功能逐渐减退，影响到患者的肺功能，严重的会导致肺衰竭。

预防房颤 首先是要养成良好的饮食习惯，饮食要规律，特别是中老年人会存在心律失常的现象，如果过饥过饱会加重心脏负担以及加重心律失常因此在平时吃饭时要注意规律性，同时要避免吃辛辣刺激的食物，保持清淡饮食多吃一些新鲜的蔬菜和水果。此外还要保持良好的生活习惯，如果经常失眠很容易诱发房颤，因此在平时要合理调整作息时间，保持有规律的睡眠时间，如果是心脏不好的中老年患者可以根据实际情况适当进行运动，比如打太极、做广播操、散步等。

在生活中一定要重视这种疾病，如果出现房颤症状需要及时到医院进行检查，避免出现各种并发症。同时在生活中要养成良好的饮食习惯和作息习惯，适当进行体育锻炼，从而提高身体抵抗力和免疫能力，这样就能远离房颤等各种疾病。