

别轻视 " 吃不胖 " 的甲亢

周琼兰

四川省仪陇县人民医院 637676

〔中图分类号〕R581.1 〔文献标识码〕A 〔文章编号〕2095-7165(2022)06-086-01

甲亢在临床上又被称之为甲状腺功能亢进症也被称为毒性弥漫性甲状腺肿,也就是社会上常说的大脖子病。这种疾病是指脖子上的甲状腺腺体本身出现了病变,从而导致甲状腺激素产生过多,而这些激素会作用到患者全身的各个组织以及器官当中,导致机体内的多个系统的兴奋性出现增高以及代谢亢进的情况,属于自身免疫性的疾病。

一、甲亢的临床症状

患有甲亢的患者会出现心慌、出汗以及饭量变大、排便的次数也增加,但是体重却是只减不增的情况。此外,还有大部分的患者会伴有眼睛突出和眼睑水肿,甚至看东西模糊的情况。

二、甲亢的危害

甲亢虽然是目前临床上非常常见的一种疾病,但是甲亢不仅会影响人们的美观,同时对于人们的身体健康也会产生一定的影响。初期的甲亢患者通过一系列的治疗是可以治愈的,所以建议患甲亢症状的患者或者疑似的甲状腺患者尽早就到医院进行检查并且诊断,做到早发现、早治疗的原则。甲亢到底会给我们的机体造成哪些危害呢?

甲亢会导致患者出现心律失常、血压升高、心力衰竭、心绞痛和心肌梗死等甲亢性心脏病。患有甲亢的时间越长,那么引发患者出现甲亢性心脏病的发生率也就越高,即使甲亢已经完全治愈,但是甲亢性心脏病却需要非常长的时间才能够恢复,甚至有个别的甲亢患者会出现完全不能恢复的情况。

甲亢还会导致男性的患者出现性欲减退、精子数量减少以及乳房发育、不育和阳痿的情况。对于女性患者来说,会导致患者出现月经不调、闭经和不孕的情况,即使女性患者能够怀孕,但是甲亢也会导致腹中的胎儿出现营养不良或者出现早产、流产,严重时还会造成死胎的情况。

甲亢还会导致患者的肝功能受到损伤,造成肝细胞坏死、变性和肝肿大以及极度消瘦等并发症情况。

甲亢还会导致患者机体内的白细胞以及血小板减少,从而出现贫血的情况。

三、甲亢的发病因素

生气,生气是人们对精神产生的刺激而导致的一种疾病,

如果患者长期处于精神创伤和长期处于非常强烈的一种精神刺激,如患者出现急躁、易怒、悲哀以及惊恐和紧张等不良的心理状态,就会出现甲亢疾病。

性别因素,经过研究发现,临床上女性患有甲亢的发病率高于男性,特别是中青年的女性更是甲亢的好发人群。甲状腺是人的机体中非常重要的内分泌器官,可以承担人体的摄取以及存储碘、合成以及分泌甲状腺的功能,同时也包括女性体内的雌激素和孕激素,这两种激素都可能参与了甲状腺癌的发展。特别是年轻的女性,这时期生命处于非常旺盛的时期,而且体内的激素水平也是非常高的状态,所以激发了甲状腺癌疾病的发生。再加上大部分的女性由于长期处于压力的过程当中,经常熬夜和精神紧张就会对甲状腺产生明显的影响,导致患有甲亢疾病。

其他的因素,包括患者的情绪以及辐射和雌激素、家族遗传因素等。

四、预防甲亢疾病

目前临床上患有甲亢的几率在不断的升高,有大部分的人群会通过控制饮食以及进行适当的运动来预防甲亢的,但是这并不是能够有效预防甲亢的好方法。因为有研究表明,良好的控制自身的情绪才是有效预防甲亢发作的最好方法。所以在日常生活当中,我们每一个人都应该改善自己的情绪,保证自己具有充足的睡眠,在面对工作压力很大的情况下,可以选择听音乐或者外出散步来缓解内心的压力。特别是女性的患者一定要学会控制自身的情绪,学会寻找发泄的出口,以积极的心理状态去面对生活。

五、小结

虽然甲亢疾病会满足人们对于体重的想法,因为甲亢具有干吃不胖的症状,对于那些寻找各种方式来减轻自身体重的人来说,可能认为这种疾病很好。但是,甲亢不仅会降低患者的体重,还有其他的症状威胁着人们的安全。所以我们一定要改善自己的生活习惯和饮食习惯,最重要的是改善自己的心理状态。不良的情绪不仅仅会患有甲亢这种疾病,还会引发很多疾病影响着人们的健康,所以良好的心理状态对于自身的健康以及提高生活质量是非常重要的。

(上接第 85 页)

该措施干预时,还能够充分发挥小组内每位成员优势,提高其交流、沟通、合作能力,从而更好地保障学生学习效果,提高整体教学质量^[5]。

总而言之,外科护理学教学中,PBL 教学法效果确切,其一,表现在提高理论成绩、操作成绩,保障教学质量方面,其二,表现在提高患者满意度方面,推广性显著。

〔参考文献〕

[1] 罗贤通,杨再艳,张芸.改良情景模拟教学法在外科护

理学教学中的应用[J].卫生职业教育,2019,37(14):113-114.

[2] 陈焯,刘丽波.参与式教学法在外科护理学理论教学中的应用[J].全科护理,2019,17(17):2157-2158.

[3] 黄亚辉.微课联合 PBL 教学法在普外科护理带教中的作用分析[J].中国继续医学教育,2021,13(21):36-38.

[4] 王玮.PBL 结合情境教学法在《妇产科护理学》教学中的应用[J].承德医学院学报,2020,37(1):79-81.

[5] 王四美,彭云华,周利华.PBL 教学模式在脊柱外科护理教学中的应用[J].中国继续医学教育,2021,13(1):31-34.