

关注全国防治碘缺乏病日：

# 如何科学食用碘盐？来看专家说法

□记者 王春霞 文/图

本报讯 5月15日是第31个全国防治碘缺乏病日，今年的主题是：食盐加碘防疾病，平衡营养健康行。当日上午，由市卫健委、市市场监管局主办，市疾控中心、新华区卫健委、新华区疾控中心、淇河区疾控中心、卫东区疾控中心、石龙区疾控中心等部门参与的防治碘缺乏病知识宣传活动在鹰城广场举行(如图)。疾控专家提醒市民：我市属于严重缺碘地区，居民仍需坚持食用合格碘盐。

## 我市居民碘营养处于适宜水平

记者在宣传活动现场看到，市、区疾控中心的专家为市民讲解碘缺乏病的相关防治知识，发放相关宣传资料及宣传品并为市民答疑解惑。

据市疾控中心地方病防治科科长姬晓娟介绍，碘是人体必需的微量元素，是合成甲状腺激素必不可少的重要原料，对新陈代谢和生长发育发挥着重要作用。碘主要来源于食物和水，如果自然环境中的水、土壤碘含量过低，就会因机体摄入碘不足而造成一系列损害，碘缺乏病主要包括地方性甲状腺肿(大脖子病)、地方性克汀病(呆傻症)、身体发育障碍等，是一种严重危害人体健康的地方病。

我市所辖区外环境水碘含量普遍偏低，平顶山市历史上，各县(市、区)均有不同程度碘缺乏病流行。1995年实施普遍性食盐加碘政策后，居民的碘营养水平得到了明显改善，从根本上纠正了碘缺乏状态。2000年，全市各县(市、区)全部实现消除



碘缺乏病阶段目标。2023年的数据显示，我市各县(市、区)持续保持碘缺乏病消除状态。

姬晓娟说，市疾控中心每年都在开展碘缺乏病监测。2023年，全市儿童尿碘中位数为238.4 $\mu$ g/L，孕妇尿碘中位数为165.5 $\mu$ g/L，成人尿碘中位数为197.8 $\mu$ g/L，我市居民碘营养处于适宜水平。

## 查出甲状腺结节，还能食用碘盐吗？

“我前段时间体检查出了甲状腺结节，不知道还能不能食用碘盐？”在新华区疾控中心的宣传台前，市民王阿姨说出了心中的疑问。

新华区疾控中心副主任黄艳华解释道：“现在确实有这样一种认识误

区，近年来甲状腺结节、甲状腺癌的发病率升高，被认为与食用碘盐有关系。其实，目前没有科学证据表明食用碘盐或碘摄入量增加与甲状腺结节、甲状腺癌等相关疾病的发生有关。碘缺乏病是人体碘这种微量元素的缺乏引发的，甲状腺结节与补碘没有关系。我们平顶山的环境中缺碘，所以还要坚持长期食用碘盐，这样才能保持我们体内碘营养水平的适宜状态。”

## 孕妇不食用碘盐，可以吗？

随后，市民王阿姨说出了心中的疑虑：“我儿媳怀孕了，我看到她买的都是不加碘的食盐，不知道这样好不好？”

对此，黄艳华回答：“我们平顶山是缺碘地区，孕妇更应该食用加碘盐。孕期对碘的需求量更大，如果严

重缺碘，可能导致流产、早产，影响胎儿的智力发育，甚至出现地方性克汀病、聋哑等。对于孕妇来说，平时还可以多摄入一些富含碘的食物，比如海带、紫菜等。”

“哦，明白了。回去我得给俺儿媳说说去。”王阿姨说。

## 担心补碘过量，碘盐和非碘盐可以交替食用吗？

在现场，市民李女士也提出了心中的疑问：“我们天天食用加碘盐，我担心补碘过量，总是吃一段时间碘盐，再吃一段时间非碘盐，两种交替食用。”

姬晓娟解释说，是否食用碘盐，主要是看生活的环境是否属于碘缺乏地区。如果是碘缺乏地区，就需要长期补碘。因为人体内无法合成碘，一旦停止摄入，人体内储备的碘最多能够维持3个月。只有甲亢、甲状腺炎等患者，需要在医生指导下少食用或不食用加碘盐。

“今天终于搞清楚了，看来这碘盐还得天天吃。”李女士说。

## 高血压患者也要食用碘盐吗？

市民高先生是一名高血压患者，他在医生建议下，近期开始食用低钠盐，说是对控制高血压有好处。他问：“我也需要食用碘盐吗？”

对此，姬晓娟说，现在随着食盐专卖政策的放开，超市里各种食盐品种繁多，低钠盐也分加碘和不加碘的。高血压患者可以选择食用加碘的低钠盐。这样可以保证人体对碘的需求。

# 全市首例！市一院完成直肠癌肝转移肠肝同切手术

□记者 王春霞

本报讯 直肠癌已经发生了肝转移，还能进行手术治疗吗？并非完全不可能。近日，市第一人民医院(以下简称市一院)优越路院区普外科二病区成功完成了平顶山市首例直肠癌肝转移肠肝同切手术，让一名55岁的女患者绝处逢生。这一重大突破为结直肠癌肝转移患者的治疗带来了新的希望。

患者叶丽(化名)55岁，今年年初因腹痛前往医院进行彩超检查，结果发现肝脏有多发占位，后经一系列详细的检查和诊断，被确诊为直肠癌伴有肝转移。叶丽前往省城多家大医院求治，希望找到生存的机会，但得到的答案均是已失去了手术切除病灶的时机。

绝望的叶丽找到市一院普外科二病区主任段宏罡寻求解决办法。面对

叶丽复杂的病情，段宏罡高度重视，带领医疗团队立即展开深入的病情研讨。经过与该院肿瘤科、麻醉科等多学科会诊讨论和评估，决定先对患者实施靶向联合化疗的治疗方案，如果肿瘤能够缩小到适宜手术的程度，再考虑进行手术治疗。

令人欣喜的是，经过4个疗程的靶向联合化疗，叶丽的肝脏及直肠肿瘤均明显缩小，经段宏罡团队评估，可以达到RO手术切除效果(即切除效果完美，没有肿瘤的残留成分)。由于靶向药物治疗加大了出血风险，化疗也对身体的损害很大，段宏罡团队指导叶丽暂停4周的靶向药物治疗，并定期监测其凝血功能、血小板等出凝血指标，制定周密的手术方案，做好应急预案。

经过充分的术前准备，4月21日，段宏罡团队在麻醉科协助下，为患者

实施了直肠癌肝转移肠肝同切手术。首先，行超声引导下肝肿瘤射频消融术，将患者肝脏部位的4枚转移病灶依次完全“融”掉，然后在患者的腹部开5个0.5cm—1cm的“钥匙孔”，在腹腔镜下将包含肿瘤的一段长约13cm的肠管精确切除，标本物则通过一个约5cm的切口取出。手术过程中，医疗团队凭借精湛的技术和丰富的经验，精准地切除了病变的肠道和肝脏转移病灶，并确保将癌变组织尽可能完整地清除，以减少复发的风险。术中患者出血不多，也没有输血，手术历时4个小时左右顺利结束。

术后，在医护团队的精心护理下，叶丽恢复良好，各项生命体征稳定，目前已开始继续之前的抗癌治疗。

段宏罡主任说，直肠癌是一种严

重威胁人们健康的恶性肿瘤，当直肠癌发生肝转移时，一般无法再进行手术治疗。但是，近年来随着肿瘤治疗技术的提高，通过靶向联合化疗等治疗方案让手术治疗成为一种可能。在面对直肠癌肝转移的复杂情况时，肠肝同切手术提供了一种积极的应对策略。这种手术虽然具有较高的难度和风险，但也为患者带来了新的希望。

市一院优越路院区普外科二病区是平顶山市重点专科，以肝胆、甲状腺、周围血管疾病诊疗为特色。近年来，该科在段宏罡主任的带领下开拓进取，医疗技术水平不断提高，开展的甲状腺射频消融术、静脉曲张微波消融术、腹腔镜肝脏肿瘤切除术、腹腔镜脾切除术、腹腔镜脾切除术等新技术新项目已造福众多鹰城百姓。

# 好消息！中国肺癌防治联盟肺结节诊治分中心落户市三院

□记者 王春霞

本报讯 市第三人民医院(以下简称市三院)日前传来好消息：4月26日，中国肺癌防治联盟肺结节诊治分中心正式落户市三院，该院呼吸介入科主任刘建刚被聘任为该中心主任。

中国肺癌防治联盟于2012年成立，旨在给肺癌患者提供全方位的治疗服务，让病人的治疗按照肺癌综合治疗

的理念进行无缝衔接、有机穿插，使病人治疗过程更顺利，得到更适合个体的治疗方案。

肺癌，又称原发性支气管肺癌，是气管、支气管黏膜或腺体起源的最常见肺部恶性肿瘤。肺癌的发病率、死亡率均居我国恶性肿瘤首位。根据河南省癌症中心(河南省肿瘤医院)发布的河南省2023年恶性肿瘤发病和死亡数据，不管男性还是女性，肺癌均是导致

恶性肿瘤死亡的最主要原因，肺癌死亡病例占全部死亡病例的24.99%。

刘建刚主任说，肺癌虽然可怕，但可防可治，尤其是经肺结节筛查发现的早期肺癌，更是能达到根治的程度。市三院拥有西门子64排螺旋CT及智能肺结节AI筛查等先进的医疗设备，具有肺结节消融术、放射粒子植入术等先进的治疗技术，对肺结节和肺癌的诊治有独特疗效和显著效果。市三院呼吸

介入科全体医护人员将竭诚为患者的肺部健康保驾护航!

