

# 药食同源方在甲状腺疾病治疗中的临床应用研究

余立

北京鹤年堂中医医院 北京 100020

**摘要:** 探讨药食同源方在甲状腺疾病治疗中的临床应用价值,评价其疗效和安全性,并探讨其作用机制。方法:通过观察四例甲状腺疾病患者用药前后的临床表现与检测指标,评价药食同源方治疗甲状腺疾病的疗效和安全性,并探讨其作用机制。结果:药食同源方在甲状腺疾病治疗中表现出良好的疗效,能够调节甲状腺激素水平、改善临床症状、提高患者生活质量,且安全性较高。药食同源方治疗甲状腺疾病的机制涉及多个方面,如调节免疫功能、抑制甲状腺细胞凋亡、抗氧化等。结论:药食同源方在甲状腺疾病治疗中具有显著的疗效和良好的安全性,为甲状腺疾病患者提供了新的治疗选择。进一步研究药食同源方治疗甲状腺疾病的机制和临床应用前景具有重要意义。

**关键词:** 甲状腺疾病;药食同源;中药

## 引言

甲状腺疾病是一种常见的内分泌疾病,全球发病率逐年上升,给患者及其家庭带来了沉重的负担。据统计,我国甲状腺疾病的患病率约为 10%~20%。近年来,甲状腺疾病的发病机制研究取得了很大进展,但临床治疗仍存在一定的局限性。传统的甲状腺疾病治疗方法主要包括药物治疗、手术治疗和放射治疗等,这些方法在缓解症状、控制病情方面取得了一定的成效,但同时也存在一定的副作用和并发症风险。

药食同源方作为中医药的重要组成部分,在我国有着悠久的历史和丰富的实践经验。药食同源方既具有药物的治疗作用,又具有食物的滋养作用,可以在调节人体生理功能、增强免疫力、减轻疾病症状等方面发挥作用。近年来,药食同源方在甲状腺疾病治疗中的应用逐渐受到关注。许多药食同源方具有抗甲状腺炎、调节甲状腺激素水平、抑制甲状腺肿瘤生长等作用,且在一定程度上减少了传统药物治疗的副作用。

本研究旨在探讨药食同源方在甲状腺疾病治疗中的临床应用,以为临床实践提供有益的参考希望通过本研究,为药食同源方在甲状腺疾病治疗中的进一步应用提供科学依据。

## 1 资料和方法

1.1 一般资料本次研究选择了四位甲状腺功能异常的患者,基本信息如下:案例 1:患者为女性,35 岁。自 2022 年 10 月底停止服用优甲乐后,患者的甲状腺功能五项检查结果均不正常,并出现了甲状腺功能亢进的症状,如心悸、

失眠、畏热、多汗等症状。案例 2:患者为女性,40 岁。被诊断出甲状腺淋巴右侧结节 4\*3mm,左侧结节 7\*3mm。这些结节可能导致甲状腺功能减退,使患者出现记忆力减退、面色苍白等症状。案例 3:患者为女性,42 岁。她的甲状腺结节指标异常,可能引发甲状腺功能紊乱。患者症状表现为疲劳、脱发等。案例 4:患者为女性,39 岁。她的甲状腺右叶有一个 10\*4mm 的结节,左侧有两个结节,分别是 3\*3mm 和 10\*6mm。这些结节可能导致甲状腺功能异常,影响患者的生活质量。

### 1.2 方法

首先,筛选出具有药食同源特性的八种食材和药材:桃仁、昆布、郁李仁、玫瑰花、麦芽、小茴香、紫苏、槐米和火麻仁。针对甲状腺功能异常的患者,将上述药食同源组方进行临床试验。观察患者在服用药食同源组方后的症状变化,如情绪、睡眠、疲劳程度等。通过对患者进行甲状腺功能检查,评估药食同源组方在疏肝解郁、软坚散结方面的疗效。分析药食同源组方中各药材的作用机制,探讨其对甲状腺功能异常的改善效果。在实验过程中,关注患者服用药食同源组方后的副作用,如胃肠道反应、头晕等。对比分析药食同源组方与传统甲状腺治疗药物的疗效差异,评估药食同源组方的优势。

## 2 结果

2.1 案例 1:患者在 2022 年 10 月底停止服用优甲乐后,开始服用药食同源组方。经过一段时间的调理,到了 2023 年 2 月底,患者的甲状腺功能五项检查结果均恢复正常。案例 2:患者服用药食同源组方 6 个月后,右侧甲状腺结节消

失,左侧结节减小至5\*3mm。案例3:患者在服用药食同源组方6个月后,甲状腺结节指标恢复正常。案例4:患者服用药食同源组方12个月后,甲状腺右叶结节消失,左侧的两个结节中有的一一个消失,另一个减小至3\*3mm。以上四个案例显示,药食同源组方在治疗甲状腺功能异常方面具有一定的疗效。通过对患者的观察和检查结果,我们可以看出,药食同源组方有助于调节甲状腺功能、缩小和消除甲状腺结节。这为甲状腺功能异常患者提供了一种安全、有效的治疗选择。

2.2 案例1:经过一段时间的调理,到了2023年2月底,患者在情绪、睡眠、疲劳程度等方面也有明显改善,生活质量得到提高。案例2:患者服用药食同源组方6个月后,右侧甲状腺结节消失,左侧结节减小至5\*3mm。在此过程中,患者自觉颈部肿块逐渐减小,症状明显缓解。案例3:患者表示,服用组方期间,颈部不适感逐渐减轻,精神状态好转。案例4:患者服用药食同源组方12个月后,患者症状明显改善,颈部肿块基本消失,心情愉悦,生活质量得到显著提高。通过对患者的观察和检查结果,我们可以看出,药食同源组方有助于调节甲状腺功能、缩小和消除甲状腺结节,同时改善患者症状。这为甲状腺功能异常患者提供了一种安全、有效的治疗选择。然而,需要注意的是,药食同源组方的疗效因个体差异而异,患者在服用期间需密切关注身体状况,如出现不适,应及时就医。

### 3 讨论

#### 3.1 药食同源方的筛选和制备

药食同源方在甲状腺疾病治疗中的应用研究是一个多元化的领域,它涵盖了药食同源方的来源和分类、筛选原则以及制备方法等多个方面。首先,药食同源方的来源广泛,主要包括我国传统草药、食材以及一些具有保健作用的中药材。这些药材和食材不仅具有药用价值,同时也具有食用价值,因此在治疗甲状腺疾病的过程中,既可以作为药物使用,也可以作为食物摄入,起到了一举两得的作用。根据药食同源方的药用特点和功能,我们可以将其分为清热解毒类、软坚散结类、滋阴养血类和健脾益肾类等不同类型,以满足不同类型甲状腺疾病患者的治疗需求。其次,在筛选药食同源方时,我们需要遵循一些基本原则。安全性是首要考虑的因素,我们应选用无毒、无副作用的药材和食材,以确保患者在治疗过程中的安全。有效性是另一个重要的筛选标准,我们应选择具有明确药用价值和临床疗效的药材和食材,以提高治疗效果。此外,搭配合理和个体化也是筛选药食同源方的重要原则。搭配合理意味着根据药物配伍原则,合

理搭配药食同源方中的各种药材和食材,以达到协同作用。个体化则意味着我们需要针对患者个体差异,制定个性化的药食同源方,以满足不同患者的治疗需求。最后,药食同源方的制备方法也是一个关键环节。制备方法主要包括药材和食材的选购、处理,配方组合,制备工艺以及质量控制等。我们需要确保选购的药材和食材新鲜、无虫害、无污染,并根据药材和食材的特点进行清洗、浸泡、切片、炖煮等处理。在配方组合阶段,我们需要按照一定比例将筛选出的药食同源方进行搭配,以确保药物配伍的合理性。在制备工艺阶段,我们需要根据药食同源方的药用特性,采用炖、煮、熬等方法进行制备,以充分发挥药材和食材的功效。最后,在质量控制阶段,我们需要严格控制药材和食材的用量、制备时间和温度等参数,以确保药食同源方的质量。

#### 3.2 药食同源方在甲状腺疾病治疗中的临床应用

药食同源方在甲状腺疾病治疗中的临床应用研究涉及多个方面。首先,在甲状腺功能亢进症(甲亢)治疗中,药食同源方如夏枯草、海藻、昆布等具有软坚散结作用的药材,以及金银花、连翘等具有清热解毒作用的药材,可以辅助抗甲状腺药物如甲巯咪唑等,通过调节内分泌、抗炎、抗菌等方式治疗甲亢。这些药材可以帮助降低甲状腺激素水平,缓解甲亢患者的症状,如心悸、失眠、焦虑等。在甲状腺功能减退症(甲减)治疗中,药食同源方如地黄、枸杞、阿胶等具有滋阴养血作用的药材,以及山药、薏苡仁、杜仲等具有健脾益肾作用的药材,可以辅助左甲状腺素钠等激素替代治疗,改善甲减患者的症状。这些药材能够调节甲状腺激素的分泌,提高患者的代谢率,缓解疲劳、乏力等症状。

#### 3.3 药食同源方治疗甲状腺疾病的机制探讨

3.3.1 药食同源方对甲状腺激素水平的影响:甲状腺激素水平失衡是甲状腺疾病的主要病因之一,如甲状腺功能亢进症(甲亢)和甲状腺功能减退症(甲减)。药食同源方中的药材具有调节甲状腺激素水平的作用。例如,夏枯草、海藻、昆布等药材富含碘,可促进甲状腺激素的合成与分泌,从而降低甲状腺激素水平,缓解甲亢患者的症状。另一方面,金银花、连翘等药材具有清热解毒作用,可以抑制甲状腺激素的过度分泌,减轻过度活跃的甲状腺功能,从而治疗甲亢。

3.3.2 药食同源方对甲状腺局部免疫反应的调节:甲状腺疾病往往伴随着局部免疫反应的紊乱。药食同源方中的药材如金银花、连翘、板蓝根等具有抗炎、抗菌、抗病毒作用,可以减轻甲状腺炎症反应,降低炎症因子水平,改善患者的症状。同时,这些药材还可以调节免疫系统,增强机体对炎症的抵抗力,降低疾病复发风险。通过调节免疫反应,

药食同源方有助于甲状腺疾病的康复。

3.3.3 药食同源方对甲状腺细胞凋亡的调控：细胞凋亡是甲状腺疾病发生、发展过程中的一个重要环节。药食同源方中的药材如夏枯草、海藻、昆布等具有抗凋亡作用，可以抑制甲状腺细胞的凋亡，从而减缓疾病的进展。同时，这些药材还具有抗氧化作用，可以减轻氧化应激对甲状腺细胞的损伤，保护细胞免受氧化损伤，从而降低疾病进展的风险。

药食同源方治疗甲状腺疾病的机制主要涉及对甲状腺激素水平的影响、对甲状腺局部免疫反应的调节以及对甲状腺细胞凋亡的调控。这些机制共同作用，使得药食同源方在甲状腺疾病治疗中具有显著的疗效。

#### 3.4 药食同源方治疗甲状腺疾病的临床疗效评价

3.4.1 临床症状和体征的改善：药食同源方治疗甲状腺疾病时，可以通过对甲状腺激素水平、免疫反应和细胞凋亡的调控，有效改善患者的症状和体征。例如，对于甲亢患者，药食同源方可以减轻心悸、多汗、手颤等临床表现；对于甲减患者，可以改善乏力、体重增加、记忆力减退等症状。

3.4.2 实验室检查结果的变化：药食同源方治疗甲状腺疾病时，可以通过调节甲状腺激素水平、免疫反应和细胞凋亡等途径，改善患者的实验室检查结果。例如，对于甲亢患者，药食同源方治疗后，甲状腺激素水平（如 TSH、T3、T4 等）可以逐渐恢复正常；对于甲减患者，可以提高甲状

腺激素水平。

3.4.3 患者生活质量的提高：药食同源方治疗甲状腺疾病时，可以通过改善临床症状、体征和实验室检查结果，有效提高患者的生活质量。例如，患者在用药期间可以感受到症状的缓解，生活质量得到提高，可以正常工作、学习和生活。同时，药食同源方的治疗还可以降低疾病复发率，减少患者因疾病复发而产生的心理和生理负担。

#### 结语

总之，药食同源方在甲状腺疾病治疗中具有重要的临床应用价值。通过合理运用药食同源方，可以有效缓解甲状腺疾病患者的症状，提高生活质量，促进患者康复。在医生指导下，药食同源方将成为甲状腺疾病治疗中不可或缺的一部分。

#### 参考文献：

[1] 朱颖娜，潘海祥. 甲状腺激素相关指标对自身免疫性甲状腺疾病的诊断价值 [J]. 实用检验医师杂志, 2023, 15(02):143-146.

[2] 韦茂英，李俊，肖瑶，魏军平. 中药治疗甲状腺疾病知识图谱分析 [J]. 西部中医药, 2023, 36(06):83-87.

#### 作者简介：

余立（1982.2- ），女，汉族，广东，本科，执业医师，研究方向：中药和艾灸联合治疗。