

**Simplified Chinese**

## 甲状腺问题 PROBLEMS WITH THE THYROID GLAND

甲状腺问题很普遍，但却常常被忽略，因为它们的症状轻微，加深的速度也很缓慢。觉得疲倦，或者觉得紧张，毛发和指甲起变化都是甲状腺其中一些症状。

### 甲状腺有什么作用？(What does thyroid gland do?)

甲状腺位于喉咙底部，围绕着气管。甲状腺制造荷尔蒙，供应给全身细胞使用。它掌管食物转化为给身体使用的能量的速度，心跳速率，肌肉有多强壮，身体的生长，体温，还有人的心情。甲状腺由促甲状腺素 (TSH) 控制，制造出甲状腺素(T4) 和三碘甲状腺素 (T3) 荷尔蒙。



如果甲状腺运作不灵，会引起多种症状。最常见的就是运作过于迟缓的甲状腺机能低下，以及运作过于勤快的甲状腺机能亢进。

### 何谓甲状腺机能低下？(What is a Hypothyroidism?)

两种甲状腺问题在女性当中，甲状腺机能低下比较常见，往往是由桥本氏甲状腺炎 (Hashimoto's thyroiditis) 引起。桥本氏甲状腺炎是身体的免疫系统错误地攻击自己的甲状腺。甲状腺低下的症状很微细，患者常以为是年纪渐长或者精神压力所致，于是不以为意。甲状腺机能低下也会在产后出现，妇女诞下孩子之后觉得极之悲伤者，应该检查甲状腺。心脏问题 (高胆固醇)，骨骼问题，高血压和关节酸痛都与甲状腺机能低下有关连。

### 何谓甲状腺机能亢进？(What is a Hyperthyroidism?)

甲状腺机能亢进由格雷夫斯病 (Grave's disease) 造成，较多见于青壮年妇女。其成因在于身体的免疫系统过度劳役甲状腺，但是也可能是甲状腺长有肿块，肿块过量分泌荷尔蒙引起。一些格雷夫斯病患者突眼、多泪、见日光眼痛。另一些患者则颈项正前方明显隆起，形成甲状腺肿。

甲状腺机能亢进是十分严重的问题，因为它加速了食物转化为能量，有时可以加快百分之八十。如果甲状腺机能亢进不治理，可以导致心跳变异，骨骼出现问题。

### 甲状腺问题有什么常见的症状？

#### (What are the common symptoms of thyroid problems?)

| 甲状腺机能低下症状  | 甲状腺机能亢进症状  |
|--|--|
| <p>倦怠<br/>比平常少饥饿感<br/>体重上升 (过胖)<br/>经前综合症痛苦难耐<br/>肌肉无力<br/>皮肤干燥呈鳞状</p> | <p>怕热<br/>消瘦<br/>非常疲倦<br/>十分紧张<br/>难以入睡<br/>肌肉无力</p> |

怕冷  
眼面浮肿  
毛发干燥, 脆弱, 脱落  
心情忧伤悲怆  
肌肉抽搐  
如厕困难  
月经失调  
指甲脆弱

颤抖  
腹泻  
极速心跳  
毛发幼细柔弱, 或者脱落  
指甲软化

### 化验怎样发现我的甲状腺是否有问题？

#### (How are the tests to find out if I have a thyroid problem?)

如果你有甲状腺症状，一定要告知医生。医生为你每年检验一次，甲状腺问题就可及早发现。最常用的甲状腺机能测试就是化验促甲状腺素(TSH)。促甲状腺素是从血液验出来的。如果医生觉得甲状腺有肿块，就可能要求做放射性碘摄取率测试。患者吞服少量放射性碘，翌日录取所吸收的碘份量。超声波扫描也可能用来侦测问题。

### 甲状腺问题有什么治疗方法？

#### (What are the treatments for thyroid problems?)

大多数甲状腺问题都是可以治愈的。甲状腺机能低下的治疗就是按医生嘱咐每天服药一次，每年检查一次促甲状腺素水平，看看药物剂量是否最适合你。

甲状腺机能亢进的其中一种治疗就是服一剂放射性碘(剂量比测试用大得多)。放射性碘会把甲状腺收缩，降低甲状腺素(T4)的分泌。接受治疗之后，有可能甲状腺又变得不够活跃，如是则患者需要服甲状腺机能低下的药丸。

### 可以从何处再加深了解？(Where can I learn more?)

- 请教你的家庭医生，或者致电亚省健康连线，二十四小时备有护士提供意见及健康信息，免费长途电话 1-866-408-LINK(5465) 或者国语健康连线 403-943-1554，广东话健康连线 403-943-1556。
- 妇女健康资源组有免费咨询辅导服务，有兴趣可以联络卡加利的 Irene M. Jackson，电话 403-944-2262，电邮地址 [Irene.jackson@albertahealthservices.ca](mailto:Irene.jackson@albertahealthservices.ca)。
- M. Sara Rosenthal 博士著有《The Thyroid Sourcebook for Women》一书，是妇女健康资源组的藏书之一，详情可致电 403-944-2267 垂询。

本文作者 Irene M. Jackson, RN, MN，原文见于亚省医疗服务局妇女健康资源组出版之 Bloom 通讯。

若阁下欲重温「健康人生路」系列早前的文章，请浏览互联网

[http://www.calgaryhealthregion.ca/programs/diversity/multilingual\\_health\\_services.htm](http://www.calgaryhealthregion.ca/programs/diversity/multilingual_health_services.htm) 阅读以贵母语写成的健康信息。