

Traditional Chinese

**甲狀腺問題
PROBLEMS WITH THE THYROID GLAND**

甲狀腺問題很普遍，但卻常常被忽略，因為它們的症狀輕微，加深的速度也很緩慢。覺得疲倦，或者覺得緊張，毛髮和指甲起變化都是甲狀腺其中一些症狀。

甲狀腺有什麼作用？(What does thyroid gland do?)

甲狀腺位於喉嚨底部，圍繞著氣管。甲狀腺製造荷爾蒙，供應給全身細胞使用。它掌管食物轉化為給身體使用的能量的速度，心跳速率，肌肉有多強壯，身體的生長，體溫，還有人的心情。甲狀腺由促甲狀腺素 (TSH) 控制，製造出甲狀腺素(T4) 和三碘甲狀腺素 (T3) 荷爾蒙。



如果甲狀腺運作不靈，會引起多種症狀。最常見的就是運作過於遲緩的甲狀腺機能低下，以及運作過於勤快的甲狀腺機能亢進。

何謂甲狀腺機能低下？(What is a Hypothyroidism?)

兩種甲狀腺問題在女性當中，甲狀腺機能低下比較常見，往往是由橋本氏甲狀腺炎 (Hashimoto's thyroiditis) 引起。橋本氏甲狀腺炎是身體的免疫系統錯誤地攻擊自己的甲狀腺。甲狀腺低下的症狀很微細，患者常以為是年紀漸長或者精神壓力所致，於是不以為意。甲狀腺機能低下也會在產後出現，婦女誕下孩子之後覺得極之悲傷者，應該檢查甲狀腺。心臟問題 (高膽固醇)，骨骼問題，高血壓和關節酸痛都與甲狀腺機能低下有關連。

何謂甲狀腺機能亢進？(What is a Hyperthyroidism?)

甲狀腺機能亢進由格雷夫斯病 (Grave's disease) 造成，較多見於青壯年婦女。其成因在於身體的免疫系統過度勞役甲狀腺，但是也可能是甲狀腺長有腫塊，腫塊過量分泌荷爾蒙引起。一些格雷夫斯病患者突眼、多淚、見日光眼痛。另一些患者則頸項正前方明顯隆起，形成甲狀腺腫。

甲狀腺機能亢進是十分嚴重的問題，因為它加速了食物轉化為能量，有時可以加快百分之八十。如果甲狀腺機能亢進不治理，可以導致心跳變異，骨骼出現問題。

甲狀腺問題有什麼常見的症狀？

(What are the common symptoms of thyroid problems?)

| 甲狀腺機能低下症狀 | 甲狀腺機能亢進症狀 |
|---|---|
| <p>倦怠 比平常少饑餓感 體重上升 (過胖) 經前綜合症狀痛苦難耐 肌肉無力</p> | <p>怕熱 消瘦 非常疲倦 十分緊張 難以入睡</p> |

皮膚乾燥呈鱗狀
怕冷
眼面浮腫
毛髮乾燥，脆弱，脫落
心情憂傷悲愴
肌肉抽搐
如廁困難
月經失調
指甲脆弱

肌肉無力
顫抖
腹瀉
極速心跳
毛髮幼細柔弱，或者脫落
指甲軟化

化驗怎樣發現我的甲狀腺是否有問題？

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

如果你有甲狀腺症狀，一定要告知醫生。醫生為你每年檢驗一次，甲狀腺問題就可及早發現。最常用的甲狀腺機能測試就是化驗促甲狀腺素(TSH)。促甲狀腺素是從血液驗出來的。如果醫生覺得甲狀腺有腫塊，就可能要求做放射性碘攝取率測試。患者吞服少量放射性碘，翌日錄取所吸收的碘份量。超聲波掃描也可能用來偵測問題。

甲狀腺問題有什麼治療方法？

(What are the treatments for thyroid problems?)

大多數甲狀腺問題都是可以治癒的。甲狀腺機能低下的治療就是按醫生囑咐每天服藥一次，每年檢查一次促甲狀腺素水平，看看藥物劑量是否最適合你。

甲狀腺機能亢進的其中一種治療就是服一劑放射性碘(劑量比測試用大得多)。放射性碘會把甲狀腺收縮，降低甲狀腺素(T4)的分泌。接受治療之後，有可能甲狀腺又變得不夠活躍，如是則患者需要服甲狀腺機能低下的藥丸。

可以從何處再加深瞭解？(Where can I learn more?)

- 請教你的家庭醫生，或者致電亞省健康聯線，二十四小時備有護士提供意見及健康資訊，免費長途電話 1-866-408-LINK(5465) 或者國語健康聯線 403-943-1554，廣東話健康聯線 403-943-1556。
- 婦女健康資源組有免費諮詢輔導服務，有興趣可以聯絡卡加利的 Irene M. Jackson，電話 403-944-2262，電郵地址 Irene.jackson@albertahealthservices.ca。
- M. Sara Rosenthal 博士著有《*The Thyroid Sourcebook for Women*》一書，是婦女健康資源組的藏書之一，詳情可致電 403-944-2267 垂詢。

本文作者 Irene M. Jackson, RN, MN，原文見於亞省醫療服務局婦女健康資源組出版之 Bloom 通訊。

若閣下欲重溫「健康人生路」系列早前的文章，請溜覽互聯網

http://www.calgaryhealthregion.ca/programs/diversity/multilingual_health_services.htm 閱讀以貴母語寫成的健康資訊。