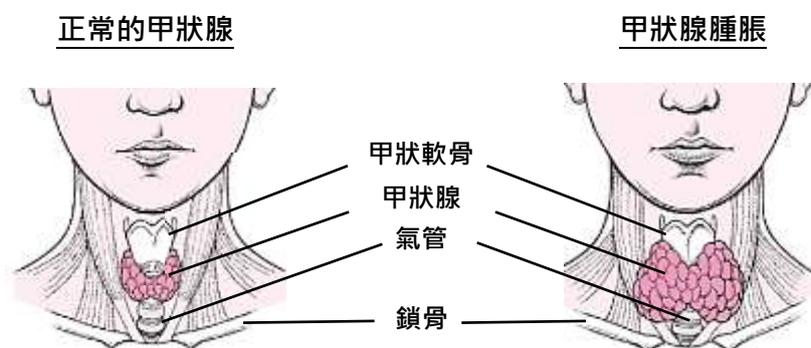


甲狀腺病

甲狀腺是人體的主要內分泌器官之一，它位於頸部前下方，呈蝴蝶狀，負責分泌甲狀腺素荷爾蒙。甲狀腺素荷爾蒙在人體有多種功能，包括調節身體的新陳代謝、控制體重及體溫、調節心臟、肌肉、腎臟、肺部的功能、腦部發育及骨骼生長等。



常見的甲狀腺疾病可分為功能性及組織性兩種：

- I. 甲狀腺功能性疾病是指甲狀腺素分泌失調。如分泌過多，會引致甲狀腺功能亢進症(簡稱甲亢)，如分泌過少，便導致甲狀腺功能減退症(簡稱甲減)，引起以下徵狀：

甲狀腺素分泌	
過多 (甲亢)	過少 (甲減)
<ul style="list-style-type: none">● 食慾增加，但體重下降● 疲乏無力、手震● 多汗、體溫高、怕熱● 情緒易於激動、煩躁多慮、失眠● 活動力過旺● 心跳加快或不規律、氣促、血壓高● 腹瀉● 甲狀腺腫脹、眼球突出● 女士：月經週期改變、流量減少● 男士：血鉀過低而出現周期性癱瘓	<ul style="list-style-type: none">● 體重增加、水腫● 容易疲倦● 體溫較正常低、怕冷● 情緒低落、記憶力減退、渴睡● 反應遲緩● 心跳及呼吸緩慢、血壓低● 便秘● 頭髮脫落、皮膚蒼白乾燥● 女士：月經週期改變、流量增加● 男士：性慾減退、陽痿

孕婦或剛生產後的婦女較易出現甲狀腺功能失調，為避免因甲狀腺疾病影響懷孕生產過程或胎兒發育，必須盡早找專科醫生跟進。

- II. 甲狀腺組織性疾病主要包括甲狀腺腫脹(俗稱大頸泡)、發炎、結節、囊腫(水泡)、良性或惡性腫瘤。最常見的徵狀為無痛性之頸前腫脹或硬塊，其他徵狀還可能有吞嚥障礙、喉頭異物感、聲音嘶啞、呼吸困難等。甲狀腺腫脹的發生相對較為普遍，但它可以隱藏甲狀腺腫瘤或甲狀腺癌。因此如懷疑甲狀腺出現問題，應盡早求醫，作適當治療。

診斷

醫生會因應病人的病徵及臨床檢查結果，安排抽血檢查。透過血液檢驗得知甲狀腺素荷爾蒙和甲狀腺抗體的水平，並且視乎個別需要進行其他測試，如超聲波等，來診斷病人是否患有甲狀腺疾病。

甲狀腺功能亢進症

甲狀腺功能亢進症(Hyperthyroidism)是因甲狀腺功能過盛，分泌出過量的甲狀腺素而成。這種疾病較多出現於女性身上，發病年齡較常見於20至40歲。

最常見的成因有與遺傳有關的遺傳性格雷氏症(Graves' disease)，這主要是因身體免疫功能異常，令免疫系統產生某些可以刺激甲狀腺生長及分泌甲狀腺素的球蛋白，導致血液中的甲狀腺素上升而引發各種徵狀；另有部份可能是因腦下垂體分泌異常、受病毒感染、生活壓力大和日常飲食碘的攝取量過多等。

治療方法

醫生會因應病人的身體狀況、病因及嚴重程度而制定治療方法，包括：

- 服用抗甲狀腺藥物：以控制甲狀腺素荷爾蒙分泌及減少徵狀
- 放射性碘治療：消除部份甲狀腺細胞，降低甲狀腺的活躍程度
- 外科切除手術

甲狀腺功能減退症

甲狀腺功能減退症(Hypothyroidism)是由於體內甲狀腺素荷爾蒙的含量低於正常水平而引起。初期病徵並不明顯，很容易與其他身體狀況如更年期或情緒病混淆，多數患者都是40歲以上的女性。

最常見的成因有自主免疫系統異常(如橋本氏甲狀腺炎)、因過往治療(如曾接受放射性碘治療或手術治療甲亢)、腦下垂體疾病以致甲狀腺功能減退。

治療方法

醫生會依照驗血報告處方適當劑量的甲狀腺素荷爾蒙給病人服用，直至病人體內的甲狀腺素荷爾蒙達到正常水平。大部份病人都需要永久性服用甲狀腺素荷爾蒙，並且定期接受抽血檢查，以確定甲狀腺素荷爾蒙達到正常水平。

護理及預防

- 均衡飲食，注意含碘質食物的攝取量：碘是促進甲狀腺素合成及分泌之重要元素，過量或攝取量不足也會影響甲狀腺功能。含碘的食物有海帶、紫菜、海產類等。食鹽中也含有碘，如需要應使用無碘質的鹽。
- 避免刺激性食物及飲料，特別是咖啡因濃度高的濃茶、咖啡等。
- 避免吸煙與飲酒。
- 練習調整壓力，保持心境平靜，多休息，有充足的睡眠，均可預防及舒緩甲狀腺疾病的徵狀。
- 恆常運動可以讓肌肉及心血管系統健康，但應避免進行劇烈的運動。
- 如有眼球突出的徵狀，應小心保護眼球，如保持眼睛濕潤、外出時配戴太陽眼鏡等。
- 如體溫較正常低，應注意保暖。
- 必須按醫生指示，定時定量服藥、依時覆診及抽血檢驗。治療過程中患者的配合是非常重要的。