

# 甲亢、甲減

經常聽說患甲狀腺疾病，甚麼甲亢、甲減，聽得人一頭霧水。到底甚麼是甲亢和甲減？甲亢、甲減如何影響身體？如何察覺自己已有甲狀腺毛病，如何治療？今期由家庭醫學專科醫生為大家解答。

撰文：陳旭英 設計：張均賢



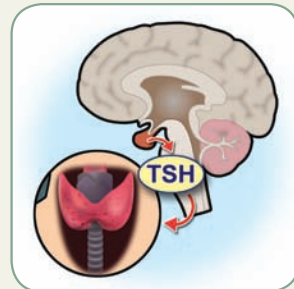
養和醫院家庭醫學專科醫生 康天澤

## 甚麼是甲狀腺？

養和醫院家庭醫學專科醫生康天澤說，甲狀腺是人體身上的一個內分泌組織，位於頸前氣管兩側，呈蝴蝶形狀，分泌甲狀腺素，促進身體的新陳代謝，對於兒童尤為重要，因為它是負責兒童正常成長發育的重要激素。

甲狀腺主要通過吸收身體內的碘，而將其轉化成三碘甲狀腺氨酸T3和甲狀腺素T4。T3和T4調節新陳代謝、生長速率及血壓、心跳等。T3和T4由碘和酪氨酸合成。甲狀腺也生產降鈣素（Calcitonin），調節體內鈣的平衡。

至於甲狀腺分泌多少T3、T4，則由腦下垂體分泌的促甲狀腺素TSH來決定，例如血液內有較多T3、T4，腦下垂體會命令TSH指示甲狀腺製造較少T3和T4；反之若血液內T3、T4水平低，TSH便會上升吩咐甲狀腺加緊製造供身體所需。



▲ 腦下垂體分泌促甲狀腺素TSH，TSH刺激甲狀腺製造T3和T4，調節身體機能。

## 常見甲狀腺毛病

甲狀腺疾病主要為分泌功能異常（即分泌過多或過少的甲狀腺素）及腺體腫大問題（例如俗稱為「大頸泡」的甲狀腺腫脹、或個別的結節及腫塊）。

「患上甲狀腺功能亢進的病人，體內甲狀腺素過多，簡稱『甲亢』。甲狀腺可比喻為人體內的發電機，甲亢便好像電兔一樣，病人會感覺心跳快、血壓高、亢奮、吃得多，但因為新陳代謝速度快，所以人便消瘦！患有甲狀腺功能減退的患者（簡稱『甲減』），他們的甲狀腺素過低，人便像電池耗盡了一樣，欠缺精神、生理活動及行動減慢，導致水腫、體重增加等。」康醫生說。

甲狀腺腺體腫大最重要排除惡性細胞，以

及不要影響呼吸、吞嚥和甲狀腺素的分泌功能。醫生可透過抽血，超聲波檢查，及在需要時抽取組織化驗來作出診斷，建議最佳的處理方案。

康醫生說，甲狀腺疾病有時病徵並不明顯，患者未必能第一時間發現原因，所以被稱為常見的隱藏疾病之一，甲減的病徵尤其不明顯，很多時患者只是感覺人疲倦、精神差、情緒低落等，一般人並不為意這可能是甲狀腺出現問題。

「不少患者求醫時，除非甲狀腺有腫脹，否則很少會聯想到自己患有甲狀腺毛病，甲亢患者多表現為心跳加快、手震或消瘦，反而他們最擔心是心臟出現問題。」康醫生說。

## 女性患者較多

「臨牀所見，甲狀腺患者以女性居多，患者或會有家族病史，最常見是媽媽那邊的女性親友有類似症狀。」康醫生說。

甲狀腺分泌異常很多時是患者自身免疫出現問題，或受病毒感染，引發身體抗體自我攻擊，刺激分泌組織不斷增生及製造甲狀腺素形成甲亢；又或引致發炎，破壞分泌組織而形成甲減。由免疫系統引發的甲亢問題，常見是格雷氏症（Graves' disease），因家族遺傳刺激甲狀腺增生腫大，患者的眼結構細胞腫脹致眼突，故病症又稱為「突眼性甲狀腺腫」。



◀ 格雷氏症患者會有大頸泡及突眼。

如患有甲狀腺疾病但沒有治療，會有甚麼後果？

康醫生表示：「甲亢患者因甲狀腺素高，而持續沒有治療的話，最明顯會增加心臟負荷，刺激心跳加快，可引致心臟衰竭、氣促氣喘、腳腫或心律不正，嚴重的更會心臟停頓。另外也會加快鈣質流失導致骨質疏鬆。」

甲減患者如不治療，會新陳代謝減慢，常感覺疲倦、做事沒精打采，腳腫等，如患者是長者，很多時會忽略病徵，以為是年老的正常情況而沒有求醫。」

▶ 如體重無故上升或下降達一成以上，就要留意是否患病。



## 體重無故上升下降要留意

除了上述的主觀症狀，比較客觀的症狀則是體重變化。康醫生說，如果不是刻意增重或減重，在短時間內體重上升或下降超過百分之十，便要留意，有需要時應見醫生檢查清楚。

診斷甲狀腺疾病，醫生會安排病人驗血檢查TSH、T3、T4等水平，以了解荷爾蒙是否失調，同時會進行臨牀檢查，看甲狀腺及淋巴是否有腫塊，並會照超聲波檢查甲狀腺結構，在需要時更可抽取組織作化驗，排除惡性的變化。如懷疑患者有免疫系統毛病，亦會檢驗血液中的抗體。

# 認識甲狀腺毛病

## 藥物治療、放射性碘治療、手術

若診斷病人患上甲亢，最初會先使用藥物治療。康醫生說，處理初發的患者，若檢查沒其他問題，醫生多會先用藥物治療，以藥物抑制甲狀腺素分泌，約服藥一年半至兩年，情況穩定後逐步減藥至最後停藥；如病發初期心跳過快，也有藥物可幫助控制心跳。

服藥初期需約每六至八星期驗血，以調校藥物份量，待病情穩定後可逐漸延長覆診時間到二至三個月一次。

如病人服藥後回復正常，但未幾又復發，病人可考慮接受放射性碘治療，到醫院飲用含放射物碘水，當甲狀腺吸收碘後，藥物便可

破壞活躍的甲狀腺分泌組織。由於病人飲用放射性碘後，排洩物、分泌物及衣服都可能有放射性物質，故必須小心處理。康醫生特別提醒，如家中有年幼小孩同住，病人就不宜接受放射性碘治療。

除了放射性碘治療外，如不斷復發，又或有影響呼吸、吞嚥、或外觀的甲狀腺腫大，則可考慮做手術切除甲狀腺。

放射性碘治療及術後的患者日後有機會會有甲狀腺分泌不足而變成甲減，需要長期服用補充劑。有些患者不願接受放射性碘治療或手術，則可選擇長期服藥及抽血檢查來控制。



▲ 接受放射性碘治療，病人可能需要在醫院隔離病房中進行。

▶ 保護甲狀腺應保持均衡飲食，毋須刻意多進食含碘食物。



## 如何保護甲狀腺？

兒時經常聽說要吃魚，不能偏食，否則會「大頸泡」。我們應如何保護甲狀腺？

康醫生說，紫菜、深海魚、海產類含豐富碘質，但保護甲狀腺不一定要多服含碘類食物，只要注意日常均衡飲食，避免不必要的輻射則可。

另外，有些更年期的徵狀如潮熱、心跳快，與甲

狀腺疾病病徵相似，有時會引起誤會。康醫生說，更年期徵狀來得快、消退亦快，而甲狀腺病徵則多是比較持續的。因此若有懷疑，應該求醫，透過驗血以作出診斷。

服用甲狀腺藥物的女性亦可以懷孕，但先要與醫生商量，確保所服藥物的安全及控制穩定。在懷孕期間身體新陳代謝及甲狀腺素需求都會有改變，故需作更密切驗血監測。☺