



# 認識甲狀腺 身體代謝的調控者

『醫生，我今年30歲，給自己安排了全身健檢當作生日禮物。健檢報告說我的甲狀腺功能異常，健檢中心的醫師摸了我的脖子說我的甲狀腺腫大，請我到內分泌科門診追蹤，但我沒有任何症狀，也沒有不舒服呀！是不是哪裡搞錯了？』後續安排抽血檢驗及影像檢查後診斷病人為「亞臨床性甲狀腺低能症」併有「非毒性多結節性甲狀腺腫」。這樣的個案在內分泌科的門診並不少見。

文 / 吳家德

國泰綜合醫院內分泌新陳代謝科主治醫師

2008年時，「歐洲甲狀腺學會」及「美國甲狀腺學會」共同決議將每年5月25日訂立為世界甲狀腺日（World Thyroid Day）。揭示了五大目標，分別為：提高人們對甲狀腺健康的認知、提升對甲狀腺治療的了解、重視甲狀腺疾病的盛行率、強調民眾教育及疾病預防的重要性、擴大對新一代治療方式的認識。

## 什麼是「甲狀腺」？

甲狀腺位於頸部前下端接近鎖骨處，形狀像一隻展翅的蝴蝶，為人體內最大的內分泌器官。在成人，正常的甲狀腺重量約20-25公克，它所產生的甲狀腺荷爾蒙影響著身體幾種重要的功能—調節新陳代謝、消化、體溫、腦部功能和精力，對於全身的每一細胞、組織及器官都有影響。其中一個



主要功能為調節身體的新陳代謝率，甲狀腺無論是分泌過多或過少的荷爾蒙，都會相對應的影響到身體的代謝狀態。

甲狀腺的健康與否可以由兩個面向來做完整的評估，一個是甲狀腺的功能，另一個則是甲狀腺的結構；這兩個面向中任一面向出現異常的情形，皆需要做後續的追蹤或是開始治療。

## 何謂「甲狀腺功能異常」？

最基本確認甲狀腺的功能，一般來說可

以由促甲狀腺刺激素（TSH）、游離甲狀腺素（Free T4）血液檢驗測定的結果來作判斷。甲狀腺功能異常時，可能導致各種症狀和健康問題。如診斷為甲狀腺機能亢進，最常出現的症狀包括：心跳加速、心悸、手抖、食慾大增但體重減輕、怕熱、皮膚摸起來濕熱、失眠、脾氣變暴躁、呼吸有點喘、大便次數增加、腹瀉、容易疲倦、脖子較腫大、眼睛呈現有點驚訝狀甚至是眼球突出等。如診斷為甲狀腺機能低下，最常出現的症狀包括：活動力及反應變慢、嗜睡、全身浮腫、食量不變或降低但體重卻增加、頭髮和皮膚乾燥粗糙、臉色蠟黃、怕冷、疲勞無力、聲音低沉、便秘等症狀。在女性患者，會造成月經不規則甚至是不孕的情形。

### 何謂「甲狀腺結構異常」？

因為現代影像檢查的進步及普及，很多甲狀腺結節都是因其他身體狀況在做各種影像檢查（超音波、電腦斷層、磁振造影或正子掃描）時意外發現。甲狀腺超音波為檢查甲狀腺結構的黃金標準，亦比其他影像儀器更為敏感，只要結節大於0.1公分以上都有機會被發現。藉由超音波掃描可以了解甲狀腺的大小，質地；是否有結節，結節的大小位置，為含液體的囊腫或實心的瘤，是否有鈣化等等。而甲狀腺結節最常見症狀，就是沒有症狀。除非結節的位置很表淺或是超過一定的大小才會被病人自己觸摸或感覺到。如發現有甲狀腺結節也不需要過度緊張，目前統計數據顯示，9成左右的甲狀腺結節都是良性；要判斷甲狀腺結節為良性或惡性，需要配合臨床病史，症狀，無法單純依靠超音波檢查來做判讀。依照目前甲狀腺結節及甲狀腺癌處置指引，良性或惡性的診斷要靠細針穿刺吸引細胞學檢查較為準確，有些病人需要做到粗針穿刺活檢，方能做最終的細胞判別。

### 「甲狀腺疾病」該如何治療？

如診斷為甲狀腺功能亢進或低下的功能異常，需要經醫師評估臨床症狀及檢驗值後，給予相對應的荷爾蒙藥物治療，甚或是開刀，或口服放射碘治療；如診斷為甲狀腺結節的結構異常時，應依照醫師判斷決定超音波影像追蹤以及細針穿刺等等細胞檢查的頻率及必要性，無論是哪一種面向的甲狀腺疾病，定期追蹤評估都非常的重要。

### 結語

甲狀腺問題是非常普遍的疾病，是內分泌新陳代謝科門診求診病人中僅次於糖尿病的內分泌疾病。根據美國甲狀腺協會（The American Thyroid Association）的統計，有高達60%的甲狀腺疾病患者沒有意識到自己的病情。甲狀腺的健康是維持身體新陳代謝恆定的重要因素，而甲狀腺問題卻常常被忽略，因此當你發現生活品質因前述所提的甲狀腺相關症狀而受到影響時，絕對不要一味忍耐，請務必至內分泌新陳代謝科門診求診。早期診斷早期治療才是維持甲狀腺健康的最好方式。