

(Thyroid Australia), PO Box 2575, Fitzroy Delivery Centre, VIC 3065。電話：(03) 9561 2483。



Chinese
8 November 1999

如果你需要別人幫助你用英文打電話，請電翻譯及口譯服務 (Translating and Interpreting Service，簡稱 TIS)，電話 131 450。

你可以在多元文化通信服務 (Multicultural Communication) 的網址上找到更多有關健康方面的中文資料：
<http://mhcs.health.nsw.gov.au>。

甲狀腺問題可以怎樣影響你的健康

How thyroid problems can affect your health

在這篇文章出版時，上述的電話號碼是對的，
但沒有不斷地更新。你可能需要查看電話簿上的電話號碼。

REVIEWED
May 2001
NSW Multicultural Health Communication Service

NSW Multicultural Health Communication Service
website: <http://mhcs.health.nsw.gov.au>
e-mail: mhcs@sesahs.nsw.gov.au
phone: (02) 9382 8111

NSW HEALTH
DEPARTMENT

甲狀腺問題可以怎樣影響你的健康

How thyroid problems can affect your health?

當嘉蘭初次說她感到疲倦、抑鬱和體重增加時，她的醫生建議她多做運動，但當她的問題仍然持續時，他轉介她去看一個精神科醫生。但最後嘉蘭被診斷患上的不是抑鬱，而是一種影響她的甲狀腺的問題——一個位於頸項喉結下的細小蝴蝶形的腺。

很多人甚至不知道這種腺在哪裏，它的功用就更談不上了。然而，身體很多部位都受這種腺的影響，而且可以導致多種症狀。正如嘉蘭一樣，有時這些症狀會被誤會為其他問題，例如抑鬱、工作過勞或年老所致。甲狀腺失調是普遍的現象，每二十個人中，就有一個有這種現象，在婦女中尤為普遍。在每十四個婦女中，會有一個在一生的某一時期中出現甲狀腺的問題，尤其是在二十多歲和三十多歲時及在六十歲以後。

雖然這些問題通常不會影響性命，但卻真的會影響健康。它們能夠影響人的情緒、精力、對於冷熱的耐力及婦女的經期和甚至她們的生殖力。

嘉蘭的問題最後被發現是由於甲狀腺所產生的荷爾蒙太少，這使身體功能緩慢。最常見的症狀是疲倦、昏昏欲睡和無法解釋的體重增加大約三至四公斤。然而，其他症狀可能包括健忘、很難集中注意力、頭髮枯乾和粗糙、脫髮、脫眉毛、皮膚乾燥、經血過多、指甲脆弱、便秘和感覺冷。

另一方面，有些人會產生使身體功能加速的過多甲狀腺荷爾蒙。這可以導致體重減輕和心跳加速。其他的症狀包括感覺熱和多

汗、神經緊張和煩躁、失眠、眼球凸出、不眨眼地凝視。兩種症狀都可以用簡單的驗血方法來診斷出，而且在大多數個案中，用藥物治療就能使人再次感覺正常和運作正常。

甲狀腺可能產生的其他變化包括脹大——但這不一定會導致任何健康上的問題。有時名為小結 (nodules) 的細小腫塊可能在甲狀腺上出現。通常這些都不是癌性的。必須接受活組織檢查 (biopsy) (這是檢查腫塊內的細胞的檢驗)，才能確定。任何年齡的人都可能患上甲狀腺癌，如果及早發覺，可以很成功地予以治療。曾因粉刺而接受放射治療的人 (在六十年代，這是普遍的做法)，患甲狀腺癌的可能性較高。

任何年齡的人都可能會出現甲狀腺的問題。然而，有甲狀腺問題家族史的人的危險性較高。有些在東南亞和中東出生的人出現甲狀腺失調的可能性也較高，因為在他們的祖國時，他們的飲食缺乏碘。然而，當他們來到澳洲後，這種可能性通常就減少。

雖然使用加碘食鹽 (iodised salt) 有助於預防甲狀腺的問題，吃碘片 (iodine tablets) 或海藻片 (kelp tablets) 有時會使這些問題惡化。任何懷疑自己有甲狀腺問題的人應該去見醫生。

欲知更多資料，請與下列的支持組聯絡：澳洲甲狀腺基金會 (Australian Thyroid Foundation), PO Box 186, Westmead NSW 2145。電話：(02) 9890 6962、或澳洲甲狀腺協會