

青壯年最普遍的新文明病 甲狀腺亢進

壓力是最大誘因：**免疫系統**會製造較多**抗體**，使**甲狀腺**發炎，分泌過量**激素**，**全身代謝變快**：**心律不整**，**焦慮**，**失眠**，**水腫**，**提早骨質疏鬆**，**影響排卵**，**易不孕或流產**…
中醫證屬心、肝、脾陰虛，**養陰、清虛熱可緩**

最新一期的《天下雜誌》有一篇「**遠離甲狀腺亢進**」的文章，肯切地道出現今**青壯年**最普遍的新文明病：**甲狀腺亢進**。

甲狀腺，位於**頸前**，狀似**蝴蝶**，負責掌管新陳代謝和**成長**。**國泰醫院**內分泌新陳代謝科主治醫師**黃莉棋**表示，**甲狀腺亢進**是**免疫**疾病，與**遺傳**與**體質**有關，但**壓力**常是**誘發關鍵**。臨床上，已有越來越多**20~40**歲的**青壯年**族群，因**壓力**過大造成**甲狀腺亢進**。

因**壓力**大時，**免疫**系統製造的**抗體**會**增加**，造成**甲狀腺發炎**反應，引起**甲狀腺素**分泌量**增加**，使全身**代謝變快**，包括**骨頭**，因此許多人會**提早**出現**骨質疏鬆**；它還會影響**排卵**，造成**懷孕困難**；對**孕婦**甚至可能造成**流產**或**傷胎**。

專長**甲狀腺**疾病的**台大**內科教授**張天鈞**亦指出，研究已經發現，**二次大戰**時人們**壓力**大，**甲亢**的人就很多。

甲狀腺亢進和一般疾病不同，因**甲狀腺激素**會作用於全身每個**細胞**，症狀遍及全身，且每個人症狀表現可能不同，從**腹瀉**、**發抖**、**心悸**、**水腫**、**凸眼**、**掉髮**到**易怒**、**焦慮**、**無法深度思考**，以及**失眠**、**體重減輕**等，不僅對生活帶來困擾，也常讓人誤認是**其它疾病**而延誤治療。**美國**前總統**老布希**，就是在**慢跑**時因**心律不整**暈倒後，才發現是**甲亢**的。

未被妥善治療，**甲亢**會帶來**嚴重後果**。或因

控制不良，如有人在接受**拔牙**等小手術麻醉時，誘發**心律不整**，甚至「**甲狀腺風暴**」，各症狀迅速擴大、加重。

甲亢的西醫治療，有**藥物**、**放射線**或**外科手術**。在**亞洲**，以**藥物**治療最常見。一般服藥**6~8**週後，**甲狀腺**功能會恢復正常，調整劑量，繼服**1.5~2**年，才能減少**復發率**。但需隨時注意有無**發燒**、**咽疼**等症狀，以判定是否有**白血球過低**的副作用。**美國**常以**放射線**破壞**甲狀腺**組織，但年輕女性一年內**不能懷孕**；但**放療**後有人會出現**甲狀腺低下**而需定期服藥。**外科手術**在**甲狀腺**過分腫大、壓迫氣管，或有嚴重**B**肝，對**藥物**出現嚴重副作用者，可手術拿掉一部份腺體，但仍可能復發。

對於大部份以**藥物**控制**甲亢**的患者而言，因為**免疫系統**與**抗體**不會消失，仍有可能復發，故需調整生活，學習放慢步調，減少壓力，學習與之共處。**避免**吃**高碘**食物，如**海藻**、**海帶**；青菜中**菠菜**也含**碘**，但除非吃太多，尚無礙；更應避免飲用**咖啡**與**酒**，和太劇烈的**運動**。

甲亢在中醫，證屬**心陰虛**、**肝陰虛**、**脾陰虛**，治以**養陰**、**清虛熱**，可減緩亢奮。臨床上，即便許多患者**甲狀腺素**值檢驗已正常，體質仍偏**陰虛**，若能持續以**中藥**調理，有機會改善體質，減緩復發。(98. 10/16：摘錄、整理自 97. 1/1《天下雜誌·432》)