

甲狀腺功能低下

◎林口長庚內分泌暨新陳代謝科主治醫師 林怡瑄



現職 | 林口長庚內分泌暨新陳代謝科
助理教授
專長 | 糖尿病、甲狀腺疾病、肥
胖、內分泌

28 歲的王小姐近期體重增加，經常感到疲勞和注意力不集中。她還有抑鬱情緒、全身性肌肉疼痛和月經不規則。醫師檢查發現她有皮膚乾燥和頭髮稀疏的症狀。進一步的血液檢查顯示她的甲狀腺素（T4）低下，甲狀腺刺激激素（TSH）升高，因而確診為甲狀腺功能低下。

● 甲狀腺功能低下介紹

甲狀腺功能低下（hypothyroidism）是一種常見的情況，當甲狀腺無

法製造足夠的甲狀腺素以滿足身體的代謝需求時，就會發生這種情況。若不接受治療，可能導致高血壓、血脂異常、不孕、認知障礙和神經肌肉功能障礙等問題。這種情況的盛行率依成因、地區、年齡、性別和種族而異。在美國，大約每 300 人中就有 1 人患有此病，女性的發生率高於男性。在台灣，65 歲以上族群亞臨床性的甲狀腺低下盛行率約為 2%。所謂亞臨床性的甲狀腺功能低下是指沒有臨床症狀或是僅相當輕微的症狀：如疲倦無力、怕冷、皮膚乾燥、便秘、記憶力變差等非特異性症狀。而血清中的甲促素（TSH）偏高，但游離四碘甲狀腺素（free T4）及三碘甲狀腺素（T3）正常者。

甲狀腺功能低下可能由多種原因引起，包括甲狀腺本身功能

衰退、自體免疫性疾病、碘缺乏或其他相關因素。其中，自體免疫性甲狀腺功能低下是最常見的原因，而醫源性甲狀腺功能低下則可能是甲狀腺手術、放射性碘治療或頸部放射治療等後遺症。相關的暫時性疾病包括產後甲狀腺炎、亞急性甲狀腺炎、無痛性甲狀腺炎等。

● 臨床表現與症狀

甲狀腺激素對許多重要的生理功能有調節作用。因此，當甲狀腺功能不足時，可能會出現各種症狀，其嚴重程度反映了甲狀腺功能障礙的程度及發展速度。甲狀腺功能低下的臨床表現多樣，包括體重增加、疲勞、注意力分散、抑鬱、肌肉疼痛和月經不規則等，還可能伴有甲狀腺腫大。特異性更高的症狀包括便秘、怕冷、皮膚乾燥、近端肌肉無力以及頭髮稀疏或脫落等。不同年齡和性別的患者可能表現出不同的症狀，如嬰兒和兒童可能表現出嗜睡和生長遲緩，女性可能出現月經不規則和不孕，而老年人則可能表現為認知衰退。嚴重的甲狀腺功能低下可能導致心

包積液、胸膜積液、巨結腸、血流動力不穩和昏迷，臨床表現有時與敗血症休克相混淆。極端情況下，黏液水腫昏迷是甲狀腺功能低下引起的嚴重生理性代償所致，其發生率相當低，每年約0.22例/百萬。

● 治療

治療方面，大部分患有甲狀腺功能低下的人需要終身服用甲狀腺激素。對於亞臨床性甲狀腺低下的患者，則可以先進行定期追蹤，當有症狀或指數有顯著異常時再考慮補充甲狀腺素。甲狀腺激素主要包括T4和T3，其中T3是更活躍的形式。約80%的T3是由體內將T4轉換而來。由於T3藥物的生物半衰期較短，所以治療主要依賴每天一次的合成甲狀腺素，建議在早上空腹時服用，並應避免在服用後的4小時內攝取含鈣和鐵的補充劑，因為這些可能干擾甲狀腺素的吸收。治療劑量應根據患者的臨床反應和實驗室測試結果來調整。對於那些早上服用有困難的患者，晚上服用甲狀腺素可以是一個有效的替代選擇。⊕