



常見甲狀腺疾病的中醫治療

文／中醫內科 主治醫師 王玟玲

甲狀腺疾病是新陳代謝內分泌科常見的疾病，常因生活緊張忙碌，情緒無法獲得良好疏導，加上長期熬夜，作息不正常，自身免疫系統紊亂所致。以下針對甲狀腺疾病的中醫治療方法及採取中西醫合併治療的契機加以說明。

甲狀腺功能亢進症

張小姐（化名）平日工作忙碌，情緒緊張壓力大，近日出現怕熱、易流汗、心悸、喘、情緒焦慮不安、失眠、緊張、手顫抖、容易餓、體重減輕、腹瀉、落髮、月經不規則、月經量減少等症狀。診斷為甲狀腺功能亢進，多為自體免疫性反應或遺傳，加上緊張、壓力等外來因素所誘發。可能病因還包括葛瑞夫茲氏症、毒性結節性甲狀腺腫或亞急性甲狀腺炎。

這種情形屬於中醫的「癭氣」、「鬱證」、「虛勞」等，因情緒抑鬱、肝失疏泄、氣鬱化火、傷心肝腎之陰而起，治療原則為疏肝理氣、滋陰降火、寧心安神。

肝鬱化火者，以加味道遙散加減，疏肝解鬱降火。心肝火旺者，選用龍膽草、黃芩、黃連，清瀉肝火、寧心安神。心肝陰虛者則加入生地黃、玄參、白芍、枸杞、川棟子等，滋陰寧心柔肝。

有些患者因為服用西藥過敏起癢疹而尋求中醫治療，治療期間須配合調節工作步調及情緒壓力，方能獲得良好療效。

● 按摩穴位

按摩耳神門、內關、三陰交、太溪、太衝等穴，有滋陰疏肝降火的功效。

● 飲食宜忌

1. 避免菸酒、咖啡、茶、烤炸辣等刺激性食物，以及高碘食物如花生、海帶、海苔、紫菜、海鮮等。
2. 不宜溫補中藥及食補如四物湯、八珍湯、十全大補湯、當歸鴨、羊肉爐、麻油雞、薑母鴨等。

甲狀腺功能低下症

林女士（化名）一動就喘、心跳慢、水腫、怕冷、食慾減退、體重增加、皮膚乾

燥、頭髮變粗、便秘、抑鬱、表情呆滯。檢查結果乃因甲狀腺荷爾蒙分泌不足造成甲狀腺功能低下症所致。可能病因為先天甲狀腺發育不良、甲狀腺荷爾蒙合成不足、自體免疫反應、手術或放射碘治療破壞甲狀腺組織、藥物影響及腦下垂體疾病等。

這種情形屬於中醫的「虛勞」、「水腫」、「痰飲」等，乃因氣血不足、心脾腎陽虛所致。此外，有些患者發病初期因情緒壓力過大導致肝氣鬱結，中期脾氣虛，日久則見脾陽虛。因此，治療肝鬱脾虛者，以逍遙散加減，疏肝解鬱、健脾益氣。脾腎陽虛者則選用黨參、黃耆、茯苓、山藥、肉桂、菟絲子、肉蓯蓉、巴戟天等，溫補脾腎、健脾祛濕。心腎陽虛者，再加入人參、炮附子等，溫陽化氣利水。

門診有些患者雖然服用甲狀腺素治療，但仍覺得神疲乏力，或是服藥後身體不適，配合中藥調理，可以改善症狀。

● 按摩穴位

溫灸足三里、三陰交、關元、照海等，有溫補脾腎利水的功效。

● 飲食宜忌

避免過量食用十字花科食物，如芥蘭、油菜、花椰菜、高麗菜、萵苣、白菜、白蘿蔔等。

甲狀腺腫大、結節或囊腫

陳先生（化名）頸部脹悶、頸部腫塊、咽梗感、合併聲音嘶啞等症狀，抽血檢查甲狀腺功能正常，診斷為甲狀腺結節。有些患者的表現為毒性甲狀腺結節，乃因甲狀腺功能亢進或亞急性甲狀腺炎所致，此時甲狀腺功能會呈現異常。假若觸摸結節硬如石頭、無彈性、表面凹凸不平時，要小心是否為惡性瘤。

甲狀腺腫大、結節或囊腫屬於中醫的「癭瘤」，主要發病原因與情緒壓力、飲食、體質因素有關，導致氣滯痰凝血瘀於頸前部。治療時除體質辨證用藥外，須加入具有理氣化痰、活血化瘀、消癭散結作用的中藥，如半夏、陳皮、鬱金、貝母、夏枯草、荊三稜、莪朮、鱉甲等，讓腫塊軟化或逐漸變小。

● 飲食宜忌

避免食用甘藍菜、花椰菜、大白菜、樹薯、玉米、竹筍、甘薯、大豆、青豆、洋蔥、大蒜、花生、榴槤、芒果等。

罹患甲狀腺疾病時，請勿驚慌，應盡快就醫治療。服藥期間觀察症狀與指數變化，不宜隨意減少劑量或停藥，以免復發。規律服藥、紓解情緒壓力、調整生活作息與飲食，是治療此病及預防復發的不二法門。☺