

甲亢

近年，包括甲亢在內的多種甲狀腺疾病正危害着女性健康，該病已成為僅次於糖尿病的內分泌科第二大疾病。怕熱多汗、心慌煩躁、易發脾氣、心跳加速、少言寡語、手抖、消瘦，嚴重時還伴有神經麻痺和眼突等，都是甲亢典型症狀，若發現自己有上述情況，應及早就醫。

Wing 問：「譚博士，我平時工作節奏快，經常加班，導致生活作息不規律。我媽媽有多年甲亢病史，平日性格也比較急躁。一次和家人爭吵後，我發現自己體重急速下降，情緒更加難控制，請問我是否患上甲亢？」經詳細診斷後我答：「是的，你的症狀屬於甲狀腺機能亢進症（簡稱「甲亢」），中醫稱為癭瘤，是因為甲狀腺激素分泌過多所致，屬於內分泌疾病，女性較多見。常見症狀為甲狀腺腫大、食欲亢進、體重減輕、心動過速、情緒易於激動、怕熱多汗、手抖、突眼等。」中醫理論認為導致甲亢的病因為以下幾種：

- 1.痰：**飲食失調影響脾胃的運化功能，以致運化能力不足，濕邪聚集轉化為痰，加上情緒不穩導致肝氣鬱結，氣血運行不暢，於是痰與氣相結合，壅積在頸前而形成癭腫。
- 2.邪：**長時間情緒憤懣惱怒，心情不舒暢，導致肝氣不能疏通，停滯不前，津液運化下降，凝聚成痰，造成堵塞，日久成病。長時間氣鬱，或患者體質偏陰虛火旺，便易於化火而成肝火亢盛之勢；若痰結日久，氣血運行失常，造成氣滯血瘀，可導致癭瘤堅硬。
- 3.虛：**肝火亢盛灼傷肝臟津液，耗傷陰血，婦女經、帶、胎、產、乳等也易致陰血不足，形成陰虛火旺體質。

陰虛火旺食量大

中醫理論將該病分為以下 4 種常見類型：

- 1·肝鬱痰結：**常見症狀為性情急躁、心煩易怒、胸悶不暢、失眠多夢、手指震顫、甲狀腺腫大、眼周痠脹或眼球突出，甚至不能完全閉合。
- 2·肝火亢盛：**常見面紅目赤、煩躁易怒、口乾口苦、頭痛眩暈、食欲亢進，或皮膚瘙癢、肢體震顫、眼球突出和甲狀腺腫大等。

3·陰虛火旺：常見食慾亢進、面紅、身形消瘦、惡熱易怒、口乾咽燥、失眠多夢、肢端震顫、心悸氣短、可見甲狀腺腫大和眼球突出等。

4·氣陰兩虛：常見心慌氣短、乏力自汗、頭暈失眠、腹瀉便溏、肢體身重、心情抑鬱、手顫、可見甲狀腺腫大和突眼等。

若不幸患有甲亢，可嘗試以下方法處理：

針灸：針刺睛明、扶突、臑會、內關和行間等穴，佐以艾灸，隔日一次，7次為一療程，可扶正祛邪，改善甲亢功能與症狀。

茶療：百合麥冬茶（1人份量）

材料：百合 6 克、麥冬 6 克、冰糖適量。

做法：將材料加入清水同煲，水沸後中火續煲 30 分鐘，加入冰糖，待冰糖溶化後即可熱服。

服法：每日 1 次，連服 3 日，以觀其效。

功效：養陰潤燥，清熱降火。

禁忌：體質濕滯者、便溏者忌服。大病或久病、孕婦、老人和小孩服用前應諮詢合資格的註冊中醫師。