

Korean

갑상선 질병 PROBLEMS WITH THE THYROID GLAND

갑상선의 문제는 흔하지만 천천히 성장하고 증상이 미약하기 때문에 알아채지 못할때도 많습니다. 이런 증상들이란 피로감이나 긴장감과 머리카락과 손톱의 변화 입니다.

갑상선은 무엇을 합니까? (What does thyroid gland do?)

갑상선은 목구멍의 바닥인 기관 (windpipe) 근처에 위치합니다. 이는 몸안의 모든 세포들에게 가는 호르몬을 만들고, 몸이 쓸수있는 에너지를 음식에서 변화되는것을 맡고 있으며, 심박, 근육힘, 성장, 체열과 무드를 조종합니다. 갑상선에 의해서 만들어지는 호르몬들은 티록신(T4)와 삼요드티로닌 (T3) 은 갑상선 자극 호르몬 (TSH)에 의해서 관리됩니다.

갑상선이 잘 작동되지 않는 경우 많은 종류의 증상을 초래할수 있습니다. 제일 흔한 갑상선에 인한 문제들은 기능이 느려진 상태의 갑상선 기능저하증 (Hypothyroidism) 과 기능의 급상승으로 인한 갑상선 기능항진증 (Hyperthyroidism) 입니다.

갑상선 기능저하증 (Hypothyroidism)이란 무엇입니까? (What is a Hypothyroidism?)

갑상선 기능 저하증 은 두 문제중 여자들에게 더 흔한 병명이며 많은경우 하시모토병 (Hashimoto's thyroiditis)에 의하여 발병됩니다. 이것은 몸안의 면역 시스템이 실수를 하여 갑상선을 공격하는 것을 말합니다. 갑상선 기능 저하증의 증상들은 미세하며 보통 노령이나 스트레스같은 다른 이유로써 설명될수 있는 경우가 많기때문에 놓치게 됩니다. 갑상선 기능 저하증은 출산후에 일어 날수 있으니 출산후 많이 침울해하는 산모들은 갑상선검사를 받아보시기 바랍니다. 갑상선 기능저하증은 심장질환 (고 콜레스테롤), 뼈 질병, 고혈압과 관절통과도 관련이 있습니다.

갑상선 기능항진증(Hyperthyroidism)이란 무엇입니까? (What is a Hyperthyroidism?)

갑상선 기능항진증은 나이 어린 여성들에게 흔히 나타나며 그레이브스병 (Grave's disease)에 의해 발병합니다. 이런 증상은 몸안의 면역 시스템이 갑상선을 너무 일을 많이 하도록 만들때 일어납니다. 그러나 또한 이런 증상은 갑상선에 덩어리가 생겨 호르몬을 많이 만들어서 일어날수도 있습니다. 그레이브스병을 가진 사람들은 부풀어오른 눈과 대량의 눈물 또한 일광에 눈을 뜰수 없는 경우가 많습니다. 다른 사람들은 갑상선종이 있기도 하는데, 이것은 목앞부분이 명백하게 부풀어 오르는 것을 말합니다. 갑상선 기능항진증이 심각할수 있는 이유는 음식이 열량으로 바뀌는 속도를 가속시켜서 많은때는 80 퍼센트이상 영향을 줄수 있기 때문입니다. 치료되지 않는다면 심박동의 변화와 뼈질병으로 이어질수 있습니다.

갑상선의 흔한 증상들은 무엇이 있습니까? (What are the common symptoms of thyroid problems?)

갑상선 기능 저하증의 증상	갑상선 기능항진증의 증상
<p>피로</p> <p>식욕부진</p> <p>체중 증가 (과체중)</p> <p>고통스런 월경전 증후군</p> <p>근육허약증</p> <p>건조하고 비늘같은 피부</p>	<p>더움증</p> <p>체중 저하</p> <p>심한 피로</p> <p>불안증</p> <p>불면증</p> <p>근육허약증</p>

추위를 자주 느낌
부푼 얼굴과 눈
건조하고 약해진 머리카락, 자주 빠짐
우울증
근육경련
용변 보는 것이 어려움
생리주기 변화
약한 손톱

몸 떨림
설사
심박이 너무 빠름
곱고 부드러운 머리카락, 자주 빠짐
부드러워진 손톱

갑상선 문제 진단을 위한 검사로는 무엇이 있습니까? (What are the tests to find out if I have a thyroid problem?)

위의 증상 중 하나라도 나타나다면 가정의에게 알려셔야 합니다. 매년 의사에게 조기진단을 위한 검진을 받으시는 것이 좋습니다. 갑상선의 기능을 체크하기 위해 가장 널리 쓰이는 검사방법으로 갑상선 자극 호르몬 (TSH) 수치를 재는 것이 있습니다. 이것은 피검사로 가능합니다. 의사가 갑상선에 덩어리가 있다고 판단하면 방사성의 요오드 섭취 검사를 준비할 수도 있습니다. 이 검사에서는 극소량의 방사성 요오드를 삼키게 되며 그 다음날 섭취된 요오드의 양이 측정됩니다. 초음파검사 또한 사용될 수 있습니다.

갑상선 문제들의 치료방법들은 무엇이 있습니까? (What are the treatments for thyroid problems?)

대부분의 갑상선 문제들은 치료가 가능합니다. 갑상선 기능저하증은 의사가 지시한 약을 매일 1회 복용하여 치료할 수 있습니다. 매년 갑상선 자극 호르몬 (TSH) 수치를 측정해 복용하는 약이 본인에게 적당량인지를 체크하게 됩니다.

갑상선 기능항진증의 치료법 중 하나는 방사성 요오드 (방사성 요오드 섭취 검사때 보다 훨씬 많은 양)을 섭취하는 것입니다. 이는 갑상선을 축소시키고 티록신(T4) 분비를 낮춥니다. 요오드 치료 후에는 갑상선의 활동이 저하될 수 있어, 이후부터 매일 갑상선 기능저하증 치료약을 복용해야 할 수도 있습니다.

어떻게 더 많은 정보를 얻을수 있습니까? (Where can I learn more?)

- 1 갑상선 문제에 대하여 더 알고 싶으시면, 주치의에게 연락하시거나 또는 공인간호사와 24시간, 주 7일 언제든지 상담할수 있는 Health Link Alberta(헬스 링크 알버타)로 문의하여 주십시오.
수신자 부담: 1-866-408-LINK(5465)
- 2 여성 건강 정보센터(Women's Health Resources) 로부터 무료 상담을 받고 싶으시면 캘거리의 Irene M. Jackson 에게 403-944-2262이나 이메일 Irene.Jackson@albertahealthservices.ca 로 연락하십시오.
- 3 M. Sara Rosenthal, PhD가 쓴 *여성들을 위한 갑상선 자료집(The Thyroid Sourcebook for Women)* 이 책은 여성 건강 정보센터에 있으니 자세한 정보는 캘거리에 403-944-2267로 문의하십시오.

저자: Irene M. Jackson RN MN, Bloom Newsletter, 여성 건강 정보센터, 알버타 헬스 서비스

이전에 출판된 ‘건강한 삶으로의 길’의 기사 시리즈를 읽고 싶으시면

http://www.calgaryhealthregion.ca/programs/diversity/multilingual_health_services.htm 에 방문하셔서 건강정보를 한국어로 읽으실 수 있습니다.