

มารู้จักโรคต่อมธัยรอยด์

พ.อ.พ.ญ.ยุพิน เบ็ญจสุรัตน์วงศ์

ท่านคงเคยได้ยินข่าวของนักแสดงบางคนมีอาการผอมลง น้ำหนักลด ใจสั่น ชี้อ่อน ก็บอกว่าเป็นโรคธัยรอยด์ บางคนอ้วนขึ้น น้ำหนักขึ้น ชี้นาวก็บอกว่าตนเป็นโรคธัยรอยด์ ก็คงสงสัยว่ามันเป็นอย่างไรกันแน่ จริงๆแล้วทั้งสองคนเป็นโรคของต่อมธัยรอยด์ทั้งคู่ โดยคนแรกเป็นโรคที่ต่อมธัยรอยด์สร้างฮอร์โมนมากเกินไป เราเรียกว่า เป็น “โรคต่อมธัยรอยด์เป็นพิษ” ขณะที่คนหลังเป็นโรคที่ต่อมธัยรอยด์สร้างฮอร์โมนน้อยเกินไป ทำให้เกิดอาการจากการขาดฮอร์โมน เราเรียกว่า “ต่อมธัยรอยด์ทำงานน้อย” หรือ “ภาวะพร่องธัยรอยด์ฮอร์โมน”

ต่อมธัยรอยด์มีหน้าที่และความสำคัญอย่างไร

ต่อมธัยรอยด์มีหน้าที่สร้างธัยรอยด์ฮอร์โมน ซึ่งมีความจำเป็นต่อการดำรงชีวิตของร่างกาย โดยมีส่วนเกี่ยวข้องกับเมตาบอลิซึมของร่างกาย การใช้พลังงาน อุณหภูมิกาย การทำงานของกล้ามเนื้อหัวใจ เป็นต้น

ต่อมธัยรอยด์อยู่ตรงไหน

ต่อมธัยรอยด์อยู่บริเวณคอ ด้านหน้าต่อหลอดลม ตามปกติจะไม่เห็นว่ามีโต ถ้าเห็นว่ามีโต เต้นชัด เวลากลืนน้ำลายก่อนจะเคลื่อนตามการกลืน เราเรียกต่อมธัยรอยด์ที่โตนี้ว่า “คอพอก”

ถ้าต่อมธัยรอยด์ทำงานผิดปกติไปจะมีอาการอย่างไร

ถ้าขาดธัยรอยด์ฮอร์โมน หรือเป็นโรค “ต่อมธัยรอยด์ทำงานน้อย” จะมีอาการ ชี้นาวเหนื่อยง่าย ทำอะไรเชื่องช้า น้ำหนักขึ้น หน้าบวมตุ่ย หน้าตาบวม ผิวน้ำแห้ง หนาว, ผมหายาบ, ขนคิ้วร่วง, ขนคิ้วด้านข้างบางลง ชีพจรเต้นช้า, ความดันโลหิตต่ำ แอสโตลิกสูง ไชมันโคเลสเตรอลสูง ท้องผูก ต่อมธัยรอยด์อาจโตหรือไม่ก็ได้

ตรงกันข้ามถ้าธัยรอยด์สร้างฮอร์โมนมากเกินไปหรือเป็นโรค “ต่อมธัยรอยด์เป็นพิษ” จะมีอาการใจสั่น รู้สึกหัวใจเต้นเร็วและแรง อาจมีหัวใจเต้นผิดจังหวะ เหนื่อยง่าย หิว

บ่อย รับประทานอาหารจุก แต่กลับมีน้ำหนักลด ชี้อ่อน เหงื่อออกมาก เครียด กังวล หงุดหงิด
ง่ายกว่าปกติ นอนไม่หลับ มือสั่น และมักจะมีต่อมธัยรอยด์โต

ทั้งคนที่สงสัยว่ามีธัยรอยด์ฮอร์โมนสูงหรือต่ำเกินไป ควรจะได้รับการตรวจจากแพทย์
เพื่อวินิจฉัยโรค ถ้าผิดปกติสมควรได้รับการรักษา ระยะเวลาในการรักษานานเท่าใดขึ้นอยู่กับ
กับสาเหตุของโรคที่เป็น แต่ควรได้รับการรักษาต่อเนื่องและมาตรวจตามแพทย์นัดถ้า
ต่อมธัยรอยด์โตแต่ไม่มีอาการจากฮอร์โมนสูงหรือต่ำ จะต้องทำอย่างไร

ในบางคนต่อมธัยรอยด์อาจมีขนาดโตกว่าปกติ เป็น คอพอก แต่การสร้างฮอร์โมน
ปกติ ก็จะไม่มีอาการเนื่องจากฮอร์โมนสูงหรือฮอร์โมนต่ำ แต่อาจมีอาการจากก้อนที่โตไป
กดเบียดอวัยวะที่อยู่ใกล้เคียง เช่น กดหลอดอาหาร ทำให้เกิดอาการกลืนลำบาก หรือ กด
หลอดลมทำให้หายใจลำบาก หรือ กดสายเสียงทำให้เกิดอาการเสียงแหบ อาการเหล่านี้
นอกจากเกิดจากการที่มีคอพอกโตๆ กดเบียด อาจเกิดจากการที่ก้อนเป็นมะเร็งของต่อมธัย
รอยด์ ซึ่งอาจเกิดอาการดังกล่าวโดยที่ก้อนไม่โตมาก ดังนั้น ถ้ามีอาการดังที่กล่าวมา
ข้างต้นจึงสมควรไปปรึกษาแพทย์

สำหรับพวกที่คอพอกซึ่งเกิดจากการขาดสารไอโอดีน อาจพบได้ในผู้ที่ไม่
ค่อยได้รับประทานอาหารทะเล ทางภาคเหนือ อีสาน หรือพวกชาวเขา ก็สามารถเพิ่มสาร
ไอโอดีนในอาหารจากการรับประทานเกลือ หรือน้ำปลาที่มีการเติมสารไอโอดีน

ในบางคน ต่อมธัยรอยด์อาจโตเป็นก้อน ไม่ได้โตทั่วไป พบได้ร้อยละ 4-6 ใน
ประชากรทั่วไป ส่วนใหญ่พบในเพศหญิง ไม่มีอาการผิดปกติ อย่างไรก็ตามควรไปปรึกษา
แพทย์ ก้อนดังกล่าวมีโอกาสเป็นมะเร็งของต่อมธัยรอยด์ประมาณร้อยละ 5 ความเสี่ยงที่
จะเป็นมะเร็งจะมากขึ้นในผู้อายุน้อยกว่า 20 ปี หรืออายุมากกว่า 60 ปี ประวัติก้อนโต
อย่างรวดเร็ว ได้รับการฉายรังสีบริเวณคอ หรือศีรษะในวัยเด็ก มีอาการเสียงแหบ กลืน
ลำบาก หายใจลำบาก ต่อมเนื้องอกที่คอโต ฯลฯ จึงควรมาปรึกษาแพทย์

เมื่อมาพบแพทย์ จะทำอะไรบ้าง

แพทย์จะซักประวัติ ตรวจต่อมธัยรอยด์และระบบอื่นๆที่เกี่ยวข้อง ส่งตรวจหน้าที่ต่อม
ธัยรอยด์ (ระดับฮอร์โมนธัยรอยด์และ/หรือ ที เอส เอช-TSH) ในรายที่มีก้อนและฮอร์โมน

ปกติควรส่งตรวจอัลตราซาวนด์ของต่อมธัยรอยด์และทำการเจาะต่อมธัยรอยด์เอาเซลล์ไปตรวจหาเซลล์มะเร็ง

ให้การรักษาอย่างไร

ขึ้นกับโรคที่เป็น ถ้าเป็นต่อมธัยรอยด์ทำงานน้อยชนิดถาวร ต้องได้รับธัยรอยด์ฮอร์โมนชนิดเซบไปตลอดชีวิต ปรับขนาดยาให้ได้ตามเกณฑ์ที่เหมาะสม มาตรวจตามแพทย์นัดทุก 6 เดือน เจาะระดับธัยรอยด์ฮอร์โมน ทุก 1 ปี หรือตามความเหมาะสม ถ้าเป็นต่อมธัยรอยด์เป็นพิษ มีทางเลือกในการรักษา 3 ทาง คือ

- 1) การรักษาทางยา ซึ่งต้องรับประทานยาอย่างน้อยเป็นเวลาปีครึ่ง ปรับตามอาการและผลระดับฮอร์โมน หลังหยุดยามีโอกาสหายขาดประมาณ 50 %
- 2) การรักษาด้วยรังสีไอโอดีน สะดวก แต่ต้องยอมรับโอกาสที่จะเกิดต่อมธัยรอยด์ทำงานน้อย ซึ่งถ้าเกิด จะต้องรับประทานฮอร์โมนชนิดเซบไปตลอดชีวิต
- 3) การรักษาด้วยการผ่าตัด ผู้ที่มีก้อนที่ต่อมธัยรอยด์ ถ้าเจาะตรวจแล้วไม่พบเซลล์มะเร็ง

ให้มาตรวจตามแพทย์นัด แพทย์จะสั่งยาธัยรอยด์ฮอร์โมนหรือไม่ ขึ้นอยู่กับอายุผู้ป่วย ปัจจัยเสี่ยงอื่นๆ และผลการอ่านเซลล์ ถ้าตรวจพบเป็นเซลล์มะเร็งจะส่งผ่าตัด อย่างไรก็ตามมะเร็งของต่อมธัยรอยด์ในผู้ที่อายุน้อยกว่า 45 ปี จะมีการพยากรณ์โรคดี

ป้องกันโรคของต่อมธัยรอยด์ได้หรือไม่

การงดสูบบุหรี่จะช่วยลดการเกิดโรคต่อมธัยรอยด์เป็นพิษ และอาการทางตาที่อาจจะพบร่วมด้วย การรับประทานอาหารทะเลหรือเกลือ /สารอาหารที่มีการเสริมไอโอดีน หรือสำหรับทะเลจะช่วยลดคอพอกที่เกิดจากการขาดสารไอโอดีน หรือโรคต่อมธัยรอยด์ทำงานน้อยจากการขาดสารไอโอดีน ในทางกลับกันสารไอโอดีนมีผลเสียในผู้ป่วยโรคต่อมธัยรอยด์เป็นพิษ

อาจนำไปสร้างฮอร์โมนเพิ่มขึ้น หรือทำให้การหายของโรคช้าลง ในขณะที่ผู้ป่วยที่มีต่อมธัยรอยด์อักเสบเรื้อรังการได้รับสารไอโอดีน อาจทำให้การสร้างฮอร์โมนธัยรอยด์ลดลง เป็นต้น

ถ้าสงสัยว่ามีต่อมธัยรอยด์โตหรือเป็นโรคของต่อมธัยรอยด์ควรปรึกษาแพทย์