

영어로 전화하는 데에 도움이 필요한 경우에는 131 450의
번역통역서비스(TIS)에 먼저 전화하면 된다.

<http://mhcs.health.nsw.gov.au>의 Multicultural Communication
웹사이트로 들어가면, 더욱 많은 건강정보를 한국어로 찾아볼 수
있다.



Korean
8 November 1999

위의 전화번호들은 출판 당시에 정확한 것으로 계속해서
엄대이후대세 전 화번호부에서
번호를 확인해 봐야 할 경우도 있을 것입니다.

갑상선이 건강에 미치는 영향

How thyroid problems can affect your health

REVIEWED
May 2001
NSW Multicultural Health Communication Service

NSW Multicultural Health Communication Service
website: <http://mhcs.health.nsw.gov.au>
e-mail: mhcs@sesahs.nsw.gov.au
phone: (02) 9382 8111

NSW HEALTH
DEPARTMENT

갑상선이 건강에 미치는 영향 How thyroid problems can affect your health

임여인이 피로감, 우울감, 체중감소 등의 증세를 처음 호소했을 때, 가정의는 운동을 더 많이 해 보라고 제안했다. 하지만 그렇게 해도 전혀 좋아지지 않자, 그 의사는 임여인을 정신과 전문의에게 소개해 주었다. 그러나 임여인의 병은 우울증이 아니라 갑상선(목의 후골 밑에 위치하고 있는 나비 모양의 작은 내분비선)에 문제가 있는 것으로 최종진단이 났다.

갑상선의 기능에 대해서는 고사하고 도대체 갑상선이라는 것이 어디에 붙어 있는지도 모르고 있는 사람들이 많은 것 같다. 하지만 갑상선은 신체의 여러 부분에 영향을 주는 것으로서, 이곳에 이상이 생기면 여러 종류의 증세를 일으키게 될 수 있다. 임여인의 경우에서 볼 수 있는 것처럼, 갑상선문제에서 오는 증세들은 간혹 우울증, 과로, 노화현상 등으로 오인되기도 한다. 갑상선장애는 20명에 하나꼴로 나타나는 흔한 병이다. 특히 여성들에게는 14명 중에 한 명 정도로 더 많은데, 주로 20대 때와 30대 때, 그리고 60세 이후에 나타나는 경우가 많다.

갑상선장애는 치명적이지는 않아도 생활에 큰 지장을 줄 수 있는 병이다. 정서에 지장을 줄 수도 있고, 기력에도 영향을 미치며, 더위와 추위를 견디는 힘에도 이상이 생길 수 있다. 그리고 여성의 경우 월경불순 내지는 불임증까지도 생길 수 있다.

임여인의 경우는 갑상선이 호르몬을 너무 적게 만들어 내는데 문제가 있었다. 이런 문제가 있으면 결과적으로 몸의 신진대사가 느려진다. 그러면 특별한 이유없이 체중이 삼사 킬로 정도 늘고, 피로가 쉽게 오며, 기력이 없어지는 것으로 흔히 그 증세가 나타난다. 그러나 그밖에도 건망증, 집중력 감퇴, 머리카락이 윤기없이 부서지듯 빠짐, 머리카락과 눈썹의 탈모현상, 피부건조, 월경시 과다출혈, 손톱이 잘 부러짐, 변비, 춥게 느껴지는 것 등도 갑상선 호르몬 저하의 증세들이 될 수 있다.

그런가하면 어떤 사람들은 갑상선 호르몬이 너무 많이 생산되어 몸의

신진대사가 빨라지기도 한다. 이런 경우에는 체중이 줄고 심장박동이 빨라진다. 그리고 기타 증세들로 는 덩게 느껴지고 땀이 나는 것, 신경에민, 불면증, 눈이 불거짐, 눈을 깜빡거리지 않고 빤히 쳐다보는 것 등이 있다. 이 두 가지 종류의 갑상선장애는 모두 간단한 혈액검사로 진단될 수 있으며, 대부분의 경우 약물치료로 다시 건강을 되찾을 수 있다.

갑상선에 생길 수 있는 변화 중에는 갑상선비대증이라는 것도 있다. 그러나 이 경우에는 반드시 건강상의 문제를 일으키지는 않는다. 또한 갑상선에 작은 혹이 생기는 경우도 있는데, 대부분의 경우는 암이 아니다. 그래도 조직검사(그 혹의 세포를 조사해 보는 검사)를 하여 확실히 체크해 보는 것이 좋다. 갑상선암은 연령에 관계없이 생길 수 있는데, 조기에 발견하면 성공적으로 치료할 수 있다. 그리고 여드름 방사선치료(1960년대에 유행했었음)를 받은 적이 있는 사람들은 갑상선암의 위험이 더 클 수도 있다.

갑상선 문제는 남녀노소를 불구하고 누구에게나 생길 수 있지만 갑상선의 집안병력을 가지고 있는 사람들은 위험율이 다른 사람들보다 높다. 또한 동남아시아와 중동의 식생활에는 옥소의 함량이 결여되어 있기 때문에, 그 지역에서 출생한 사람들 중에는 갑상선장애의 위험이 높은 경우도 있다. 하지만 이들도 호주에 온 후에는 보통 그 위험율이 줄어든다.

옥소가 첨가된 소금을 사용하면 갑상선 문제를 예방하는데 도움이 되기는 하나, 그렇다고 해서 옥소정제나 다시마정제를 복용하면 오히려 갑상선에 더 해가 될 수 있다. 그러므로 본인에게 갑상선 문제가 있다고 생각되면 의사에게 가 보도록 해야 한다.

갑상선장애에 관하여 더 많은 정보가 필요한 경우에는 다음 기관들에 연락하면 된다. 호주갑상선재단(Australian Thyroid Foundation): 주소: PO Box 186, Westmead NSW 2145, 전화: (02) 9890 6962. 타이로이드 오스트레일리아(Thyroid Australia): 주소: PO Box 2575, Fitzroy Delivery Centre, VIC 3065, 전화: (03) 9561 2483.