

# 國軍左營總醫院護理部

## 甲狀腺機能亢進護理指導

### 一、 什麼是甲狀腺機能亢進？

主要以自體免疫疾病引起佔多數，好發於 30 至 50 歲女性，因為甲狀腺分泌過多的甲狀腺激素，使身體基礎代謝率增加，容易出現緊張、倦怠、食慾增加但體重減輕、腹瀉、心悸、怕熱、甲狀腺腫大、失眠等，因情緒不穩、手顫抖、眼突(20-40%)、流眼淚、畏光等症狀而就醫，偶會因月經不規則、月經量減少、或產後發病而求診婦產科。

### 二、 治療方法

#### 1. 服抗甲狀腺劑：

首先採用的方法主要是抑制甲狀腺激素的製造，多數服用 1-2 年後，藥量可逐漸減量，約有 1/3 患者的服藥後 2-3 個月，會發生皮膚癢及皮疹、白血球減少及肝功能異常，於停藥後可痊癒。

副作用：再復發的機率偏高，所以治療期間需定期抽血檢驗甲狀腺濃度，以調整藥物的劑量。

#### 2. $\beta$ -受體阻斷劑：

可緩解甲狀腺機能亢進之症狀如：顫抖、心悸、怕熱、緊張等，有氣喘糖尿病患及孕婦禁用此藥。

#### 3. 手術治療：

手術可快速得到效果，但 25% 的人有復發的可能；30% 的患者因手術切除甲狀腺後變成甲狀腺機能低下症，必須終身服藥。

#### 4. 放射性碘治療：

利用碘之輻射線破壞甲狀腺細胞，使甲狀腺分泌減少，放射性碘-131 治療，只須口服一次放射性碘治療，通常服用 1-3 年，是有效且無併發症的治療方法，但孕婦禁用。

### 三、 日常生活注意事項

1. 培養樂觀態度，保持愉快心情，避免語言刺激導致情緒激動。
2. 避免過度的壓力與勞累，應多休息。
3. 勿食含高碘之食物，如紫菜、海帶，海產類食物。
4. 避免攝取鹽分過高之食物及不宜抽煙，咖啡、酒及濃茶之攝取應少量，

以免水分滯留體內使眼突加劇。

5. 攝取充足熱量及營養並維持理想的體重。
6. 按時服用藥物，了解藥物的名稱、劑量、服藥的時間、目的、副作用及毒性，勿任意停服用藥，避免讓病情復發，增加治療困難。
7. 避免與上呼吸道感染的病人接觸。
8. 定期門診追蹤治療及抽血檢查。