



認識甲狀腺機能亢進

一、甲狀腺機能亢進的病因

- (一)自體免疫系統異常：甲狀腺機能亢進是自體免疫失調的病徵，好發於 20~40 歲的女性，女性病例是男性的 4~5 倍。
- (二)腦下垂體失調：主因是身體的免疫系統不當生產了一種甲狀腺促激素(TSH)的抗體。
- (三)壓力：面臨壓力時，血中的類固醇和腎上腺素上升，免疫系統製造抗體增加，過度刺激甲狀腺分泌甲狀腺素，造成亢進。
- (四)碘攝食過高。

二、甲狀腺機能亢進的症狀

通常發病是緩慢的，會在數月內陸續出現心悸、焦慮、體重下降、怕熱、脾氣暴躁、手抖、心跳加速、失眠、甲狀腺腫大、食慾旺盛但體重下降及眼球突起均是甲狀腺亢進的典型症狀，上述症狀隨著年齡的不同，而有程度上之差異。

三、甲狀腺機能亢進的治療

一般狀況下，甲狀腺機能亢進雖然不會致命，但卻出現緊張、心臟蹦蹦跳(台語)及失眠等症狀，如果沒有妥善治療，嚴重時可能導致心臟衰竭、骨質疏鬆、皮膚、肌肉、眼睛病變。治療方式依病人性別、年齡、病情程度、初發或復發及有無併發症做考量，主要的治療如下：

- (一)藥物治療：服用抗甲狀腺藥物是一般病人首先應採用的治療方式，須定期檢測血中甲狀腺素濃度，以調整藥量，有少數病人在服藥後會造成顆粒性白血球缺乏或過敏，所以只要有喉嚨痛、發燒或出疹子時，請立即就醫。
- (二)放射性碘療法(原碘子)：因甲狀腺需碘來合成甲狀腺素，故可口服放射性碘(治療期間因有輻射問題，故需住院隔離)，進入人體後聚集在甲狀腺時，透過輻射線來破壞甲狀腺細胞，使甲狀腺分泌減少，常見的併發症是破壞過多造成甲狀腺功能低下。



(三)手術切除部份甲狀腺：大部份病人術後可永久治癒，但仍有少部份病人手術後仍會再復發，主要併發症為：副甲狀腺受損導致低血鈣症或聲帶受損造成聲音沙啞。

四、日常自我照顧原則

(一)少吃辛辣食物、含碘食物或碘鹽(包括：海帶、紫菜、海鮮類、鹽水魚、大蒜、皇帝豆、菇類、菠菜、桃子等)。外食者，可先把菜用湯沖洗後再吃，以減少鹽分攝取。

(二)甲狀腺亢進造成新陳代謝加速，因此所有的熱量，蛋白質及各種營養素需求量都會增加，尤其應注意維生素 B 群、維生素 C 與鈣質等營養素的攝取。

(三)定時定量，避免喝酒、濃茶及咖啡；應戒煙，因抽菸會加重病人眼突的症狀。

(四)充分休息，避免熬夜、過度勞累及高燒，保持身心愉悅及良好的壓力調適。

(五)按時服藥及門診追蹤，切勿自行停藥。

(六)若有外傷，避免使用碘酒擦拭傷口。

(七)有懷孕計劃者最好和醫師討論，因懷孕早期，會使甲狀腺機能亢進的症狀加重，容易發生流產或分娩時發生甲狀腺危象(高燒，意識混亂、心率 120~150 次/分鐘)，出生後嬰兒也易因為母親服用抗甲狀腺藥物治療，而出現新生兒甲狀腺功能異常或腫大。

參考資料

Ross, D. S. (2011). *Diagnosis of hyperthyroidism*, Retrieved from

<http://www.update.com/cintent/diagnosis-of-hyperthyroidism?view=print>