



## 認識甲狀腺機能亢進

### 一、何謂甲狀腺

甲狀腺位於頸部喉結下方有如蝴蝶狀的腺體，是影響最廣的內分泌腺，身體每個器官包括心臟、肌肉、眼睛、骨骼、皮膚、情緒等的新陳代謝都受到甲狀腺的影響。

### 二、甲狀腺機能亢進的病因

甲狀腺機能亢進是自體免疫失調的病症，大多因為 Graves' disease 所造成，好發於 20~40 歲，女性是男性的 4~5 倍，主因是身體的免疫系統不當生產了一種功能類似甲促素（促甲狀腺激素）的抗體，使得甲狀腺增生、腫大及不斷地大量分泌激素，通常是遺傳、壓力、腦垂體功能失調、自體免疫系統異常、碘攝食過高等最容易誘發此疾病。

### 三、甲狀腺機能亢進的症狀

通常發病是緩慢的，會在數個月內陸續出現上列症狀，年紀大的病人可能只以倦怠、體重減輕、心房顫動呈現。

- (一)全身狀態：焦慮、急躁、脾氣暴躁、易激動受驚嚇、神經質、失眠、體重減輕、近端肌肉無力、頭髮脫落稀疏。
- (二)眼睛：常見突眼、眼脹痛、視力模糊、怕光、易流淚、複視、眼睛轉動不靈活。
- (三)頸部：會有脖子變粗、甲狀腺腫大、喉嚨有壓迫感。
- (四)循環系統：心悸、心跳加快、高血壓、心律不整。
- (五)神經系統：手指顫抖、四肢麻痺或無力。
- (六)消化系統：飲食量大增、大便次數增加。
- (七)皮膚：怕熱、體溫不正常、盜汗、皮膚紅且癢、皮膚濕暖。
- (八)生殖系統：月經少而紊亂、不孕、流產、早產。

### 四、甲狀腺機能亢進的治療

一般狀況下雖然不會致命，但如果沒有妥善治療，嚴重時可能導致甲狀腺風暴、心臟衰竭、骨質疏鬆、皮膚、肌肉、眼睛病變，主要的治療方式如下：

- (一)藥物治療：為主要療法，使用抗甲狀腺藥物以抑制甲狀腺荷爾蒙之合成及分泌，治療時間至少需一至一年半才能停藥。除了定期檢測血中甲狀腺素濃

三軍總醫院 護理部 編印  
新陳代謝科

諮詢電話：(02)24633330



- 度，以調整藥量之外，有少數病人在服藥後會發生皮疹、皮膚癢、肝炎、嚴重者會導致顆粒性白血球缺乏，所以只要有喉嚨痛、發燒時，請立即就醫。
- (二)放射性碘療法：此療法是透過輻射線來破壞甲狀腺細胞，使甲狀腺分泌減少，通常是服用一次，若效果不佳，可半年後再重複一次。常見的併發症是破壞過多造成甲狀腺功能低下。絕對禁忌症：未成年病患、懷孕及哺餵母乳的人、預計4~6個月內要懷孕的女性、疑似或同時並存甲狀腺惡性腫瘤者、無法配合放射線安全準則的人。
- (三)外科治療：嚴重甲狀腺腫大的病人，主要是利用手術將腫大的甲狀腺切除。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復發或合併甲狀腺功能低下，若手術中不慎傷及控制聲帶的神經或副甲狀腺，會導致聲音沙啞或低血鈣。

## 五、日常自我照顧原則

### (一)飲食方面：

1.低碘飲食，減少所有含碘高的食物，包括：

- (1)海產類食物及海中植物（海藻、海藻片、紫菜、昆布等）。
- (2)加工鹽製品及醬料。
- (3)加工肉類製品。
- (4)乳製品、蛋黃以及蛋黃製品。
- (5)黃豆和大豆製品。
- (6)罐頭、餅乾等加工食品。

2.減少刺激性食品以及咖啡因食物，如咖啡、濃茶、可樂等，以及禁煙、酒。

### (二)生活作息方面：

- 1.保持身心愉快：避免無謂的壓力、儘量減少工作量。
- 2.維持正常的生活作息：不可熬夜及過度勞累。
- 3.小心使用抗心律不整藥物 Amiodarone，在服用前一定要請教醫師，因為含有碘的藥物會使亢進的情形更嚴重。
- 4.如有突眼時，白天要戴墨鏡以防強光和灰塵。睡覺時要睡高枕頭。如閉目時角膜有外漏現象，應使用眼墊保護角膜以防止乾燥感染，不應長時間看電視、電腦、手機及書報。
- 5 配合醫師指示按時服藥及門診追蹤，切勿自行停藥。

三軍總醫院 護理部 編印  
新陳代謝科

諮詢電話：(02)24633330



## 參考資料

Douglas, S. R. (2021). Disorders that cause hyperthyroidism. *UpToDate*.

Retrieved Nov 21, 2021, from <https://www.Uptodate.com/contents/diagnosis-of-hyperthyroidism>

Douglas, S. R., & David, S. C. (2021). Patient education: Hypothyroidism.

*UpToDate*. Retrieved Nov 21, 2021, from <https://www.Uptodate.com/contents/hyperthyroidism-overactive-thyroid-beyond-the-basics>

## 護理指導評值

### ◎是非題

1. ( ) 甲狀腺機能亢進是自體免疫失調的病症，好發於 20~40 歲，男性是女性的 4-5 倍。
2. ( ) 甲狀腺機能亢進常見症狀有心悸、脖子變粗、體重減輕、焦慮、急躁、脾氣暴躁、易激動受驚嚇、神經質、失眠。
3. ( ) 甲狀腺機能亢進一般狀況下不會致命，採自然療法即可。

### ◎選擇題

4. ( ) 甲狀腺機能亢進的治療包括那些？  
(1)藥物治療；(2)放射性碘療法；(3)外科治療；(4)以上皆是。
5. ( ) 甲狀腺機能亢進需減少含高碘之食物，下列何者屬於高碘食物？  
(1)海產類食物及海中植物（海藻、海藻片、紫菜、昆布等）  
(2)加工鹽製品及醬料、加工肉類製品  
(3)乳製品、蛋黃以及蛋黃製品  
(4)以上皆是
6. ( ) 有突眼時應該如何做？  
(1)白天要戴墨鏡以防強光和灰塵，睡覺時要睡高枕頭  
(2)閉日時角膜有外漏現象，應使用眼墊保護角膜以防止乾燥感染  
(3)不應長時間看電視、電腦、手機及書報  
(4)以上皆是。

(答對 5-6 題⇒完全了解；答對 3-4 題⇒部分了解；答對 1-2 題⇒完全不瞭解)

1.(x) 2.(o) 3.(x) 4.(4) 5.(4) 6.(4)

三軍總醫院 護理部 編印  
新陳代謝科

諮詢電話：(02)24633330