

< 甲狀腺機能亢進症狀、飲食及治療 >

壹、飲食禁忌：

1. 禁吃：

- (1) 食鹽：含碘鹽(烹飪需使用無碘鹽)。
- (2) 加鹽製品(如：加工火腿)、醃製類食物。
- (3) 海藻類：海帶、藍藻、紫菜。

2. 少吃：

- (1) 魚類：深海魚、蛤、牡蠣、蝦、蟹、干貝、海參。
- (2) 蔬菜：花椰菜、菠菜、青椒、玉米、洋蔥、大蒜、馬鈴薯、竹筍。

3. 避免：咖啡、煙、酒、茶等刺激性食物，避免甲狀腺機能亢進患者發生心悸症狀。



貳、甲狀腺眼睛病變(俗稱突眼症)注意事項：

1. 儘量將甲狀腺功能控制在正常內。
2. 減少眼睛刺激，避免強光(建議外出戴墨鏡)、風沙、化學刺激物品。
3. 禁戴隱形眼鏡，禁止吸煙或二手煙。
4. 改用無碘鹽，必要時行突眼治療。

參、治療方式：

(一) 內科治療：療程約一年半至兩年，請耐心與醫師配合：

- 甲狀腺功能追蹤檢查，服藥前請先抽基礎值。
- 服藥後定期抽血追蹤，調整藥量。
- 服藥後滿兩年功能正常，抽血評估以決定是否停藥。
(停藥後，病情長期穩定機率約 20%左右)
- 服藥期間不可自行停藥或減藥，避免引起甲狀腺危象。

◎注意事項：

如有喉嚨痛、發燒、扁桃腺化膿、皮膚癢、紅疹或懷孕，請停藥並回院就醫。

(二) 碘 131 治療：

放射碘(又稱原子碘)是一種體內放射線治療，一般可用來治療甲狀腺機能亢進或是用來達到清除癌組織及預防復發或轉移的治療目的(嚴重甲狀腺突眼、孕婦與小孩不適用)。

(三) 外科治療：

- 服藥病情穩定且功能正常後，經醫師評估安排開刀治療。
- 術後滿 1 個月、3 個月、6 個月追蹤檢查，抽血評估病情是否穩定。
- 術後每年定期返院追蹤，至少三年以上，防範復發。

(甲狀腺外科手術治療後病情穩定機率約 85%，15%的病患仍需服藥)

肆、甲狀腺機能亢進症之臨床症狀：

- | | | |
|-------------------|------------|-----------------|
| 1. 心跳過速 | 2. 休息時手部震顫 | 3. 體重明顯減輕或增加 |
| 4. 食慾增加 | 5. 女性月經異常 | 6. 鬆軟的大便或排便次數增加 |
| 7. 掉髮 | 8. 甲狀腺腫 | 9. 怕熱、易怒、激動 |
| 10. 眼睛怕光、酸澀、流淚、凸眼 | | |



員郭醫療社團法人員郭醫院 祝您平安健康！

電話:04-8312889 分機 1127、1123 地址:彰化縣員林市員林大道六段 51 號