

一.何謂甲狀腺機能亢進?

甲狀腺機能亢進就是甲狀腺分泌過多，一般大眾比較熟知的名稱是甲狀腺腫，俗稱「大脖子」，這就是甲狀腺機能亢進。甲狀腺位於於頸部喉結下方，有如蝴蝶狀的腺體是影響最廣的內分泌腺，身體每個器官的新陳代謝都受到甲狀腺的影響，一旦甲狀腺體積過大分泌過多的荷爾蒙就叫作「甲狀腺機能亢進」

二、甲狀腺機能亢進的原因?

- 1.遺傳：自體免疫所造成的甲狀腺機能亢進。
- 2.壓力：面臨壓力時，血中的類固醇和腎上腺素上升過度刺激甲狀腺分泌甲狀腺素，造成亢進現象。
- 3.碘攝食過高。

三、甲狀腺機能亢進如何治療?

- 1.藥物治療：服用抗甲狀腺藥物。這是一般患者首先應採用的治療方式，藥物治療須定期檢測血中甲狀腺素濃度，以調整藥量，極少數人會引起皮膚癢或白血球過低，肝功能異常，這時就需換藥或停藥。
- 2.放射性碘（原子碘）：放射性碘口服進入人體後會聚集在甲狀腺，而其輻射線會破壞甲狀腺細胞，使甲狀腺分泌減少。
- 3.手術切除：有些人手術後仍會再發。

四、甲狀腺機能亢進的症狀?

- 1.全身狀態：焦慮、易激動、體重減輕、肌肉無力。
- 2.頭：頭髮脫落稀疏、眼脹、眼痛脖子變粗、甲狀腺腫大、喉嚨有壓迫感心悸。
- 3.循環系統：心跳加快、高血壓、心律不整。
- 4.神經：手指顫抖、周期四肢麻痺。

五、照護注意事項：

- 1 禁食含碘豐富的食物：碘是製造甲狀腺素的主要原料。人體的碘主要來源於食物，正常人每天攝入150-300 微克(ug)，即能滿足正常的生理需要。甲狀腺亢進時再食用高碘食物，就能使甲狀腺素合成更加快速，導致病情加重，並可使腫大甲狀腺組織變硬，不易消退。因此，病人禁吃碘鹽及含碘豐富的食物（海帶、紫菜、海魚）及中藥"海藻、昆布、黃藥子"。
- 2.少吃刺激性食物：辣椒、蒜、生薑等刺激性食物，不宜給病情重的病人食用。酒精會擴張血管，使心跳加快，而病人的心律也多增快，故不宜飲酒，尤其是烈性酒要絕對禁飲。
- 3.注意保護眼睛：病人伴有突眼時，白天要戴墨鏡以防強光和灰塵。睡覺時，睡高枕頭。如閉目時角膜有外露現象，應使用眼墊保護角膜以防止乾燥感染，不應長時間看電視、看書報。
- 4.要注意補充營養：病人代謝旺盛，能量消耗高於正常人，故要給予高熱量，富於糖類、蛋白質和B族維生素的飲食。
- 5.忌氣怒：病人容易急躁，常常有莫明其妙的發怒。長期性情暴躁也會使病情加重。

6.忌勞累：病人代謝旺盛，能量消耗大，容易疲勞。而過度勞累，也容易使病情復發。因此病情較重的病人應臥床休息，較輕者也不宜做劇烈活動。