



臺北市立聯合醫院
TAIPEI CITY HOSPITAL

甲狀腺腫大 Goiter

一、什麼是甲狀腺腫大：

台灣女性相當普遍的一種疾病，尤其是在 20 至 40 歲之間的女性。可分為甲狀腺機能亢進、甲狀腺低下和甲狀腺結節等問題

二、發生的原因：

- (一)緊張、壓力、生產，引起甲狀腺機能亢進
- (二)服用過多的甲狀腺荷爾蒙、甲狀腺炎
- (三)服用過多的碘製劑或是碘攝取不足
- (四)腦下垂體腫瘤
- (五)遺傳

三、通常有什麼症狀：

甲狀腺亢進會有脖子變粗、心跳加快、焦慮、容易緊張、手抖、營養缺失、體重下降、多食、多汗、拉肚子、失眠等、突眼。甲狀腺低下會有心跳變慢、血壓下降、高血脂、高膽固醇、貧血、便秘、皮膚乾燥、粗鱗屑狀、對冷耐受性低、疲勞、嗜睡、淡漠、體重增加。甲狀腺結節腫大可能造成壓迫症狀

四、如何治療：

- (一)藥物治療：甲狀腺亢進主要需服用藥物抑制甲狀腺激素的製造，治療期間須定期檢測血中甲狀腺素濃度以調整藥量。可能副作用有：藥物過敏、嘔吐、胃口不佳等，當有皮膚癢或白血球過低、肝功能異常的症狀時，就需要換藥或停藥。在服用一至二年後，約 1/3 的人可痊癒，但約有一半以上的人會復發。甲狀腺低下須服用甲狀腺素補充
- (二)甲狀腺亢進放射性碘（原子碘）治療：利用放射性碘口服進入人體後，聚集在甲狀腺，輻射線會破壞甲狀腺細胞，使甲狀腺分泌減少。治療初期須注意排泄物輻射性，服用放射性碘的作用時間需數月以上，這段期間仍需要服用抗甲狀腺藥物。主要副作用為甲狀腺破壞過多，造成甲狀腺功能低下，其發生的機率約為 3-5%，若發生甲狀腺功能低下時，則須終身補充甲狀腺素

【續後頁】

(三)手術治療：手術切除部分甲狀腺，可達到改善甲狀腺亢進及解除壓迫症狀的效果

五、居家照顧應注意事項：

甲狀腺亢進：

- (一)需補充足夠熱量、蛋白質、脂肪、醣類、礦物質與攝取營養補充劑，尤其應注意含微量元素硒之食物充分攝取
- (二)減少含碘食物的攝取，由專科醫師評估決定是否限碘。例如海產類食物富含碘成分高（尤其是海藻、海帶、紫菜等）
- (三)少吃刺激性食物，如：咖啡、濃茶、可樂飲料等，因有咖啡因的興奮效果，可能使心悸及手抖症狀加重
- (四)若合併低血鉀症時，視情況以藥物或食物補充鉀離子，減少心律不整發生，但須注意補充太過造成高血鉀症發生
- (五)不可抽菸，避免吸入二手菸，抽菸會使突眼症狀更嚴重
- (六)減少生活上的壓力
- (七)每天量體重，評估有無出現營養不足的情況

甲狀腺低下：

- (一)鼓勵高纖飲食避免便秘
- (二)若為自體免疫有關之甲狀腺功能低下，須避免含碘成分高之食物，如：海藻、海帶、紫菜等

六、參考資料

- 潘筱芳、林軒維、林玉怡、郭錦松(2018)· 甲狀腺功能亢進的診斷及治療· 台北市醫師公會會刊，62(2)，26-33。
- 郝立智、林亞璇、奚明德、張乃文、吳明瑞、顧長生、李尹暘等 (2017)· 甲狀腺機能異常的診斷和治療新進展· 內科學誌，28(6)，352-365。
- 黃人珍(2019)· 內分泌與代謝障礙病人的護理· 於廖張京棣、蔡秀鸞總校閱，最新實用內外科護理學上冊 (六版，12-297 頁)· 永大。