**甲状腺功能亢进症出院健康处方**

|  |
| --- |
| **甲状腺功能亢进症出院健康处方** |
| **处方内容** | **咨询电话** |
| **医疗** | 甲状腺功能亢进症的治疗包括口服抗甲状腺药物，放射性碘131治疗和手术治疗。口服抗甲状腺药物适用于所有甲亢患者的初始治疗，目前常用药物包括甲巯咪唑和丙硫氧嘧啶，一般治疗时间1年半以上，需坚持遵医嘱按剂量、按疗程服药，不可随意减量和停药。注意药物常见副作用包括皮疹、白细胞减少和肝功能损害等。用药期间定期复查甲状腺功能、血常规和肝功能。放射性碘131治疗：适用于25岁以上的中度甲亢；服用抗甲状腺药物后不良反应严重者或长期治疗无效者或治疗后复发者；合并高功能甲状腺结节者。手术治疗：适用于中重度甲亢；长期服药无效，停药后复发，或不愿意长期服药者；甲状腺巨大或伴有结节者，有压迫症状；胸骨后甲状腺肿伴甲亢；结节性甲状腺肿伴甲亢者。注意：口服药治疗后注意有无皮疹、咽痛、发热，食欲不振等反应，服药后1周复查肝功能和血常规，服药后1个月复查甲状腺功能，后续复查间隔随病情不同而不同，需遵医嘱，一般1-2月复诊一次，每次检测肝功能、血常规和甲状腺功能，调整用药。 |  |
| **护理** | 1、眼部护理预防眼睛受到刺激和伤害。用医生开具的眼药水湿润眼睛，避免干燥；眼睑不能闭合时用可以用眼罩覆盖双眼；睡觉或休息时抬高头部，以减轻球后水肿和眼睑胀痛感；外出戴深色眼镜，减少光线、灰尘、异物的侵害。当眼睛有刺痛或者流泪时，不要用手直接揉眼睛，可以用0.5%甲基纤维素溶液滴眼。每日做眼球运动以锻炼眼肌，改善眼肌功能。2、自我监测每日清晨卧床时自测脉搏，定期测量体重，脉搏减慢、体重增加是治疗有效的重要标志。如果出现高热、恶心、呕吐、不明原因腹泻、突眼加重等，要及时就诊。3、甲状腺肿护理甲状腺肿大程度与病情轻重无明显关系。严禁用手挤压甲状腺，以免甲状腺受压后甲状腺素分泌增多而加重病情。平时可以穿宽松高领衫修饰颈部。如果出现吞咽困难、局部疼痛，要及时来医院就诊。 |  |
| **康复** | 1、病情轻的可以适当活动，以不感到疲劳为好。适当增加休息时间，保证充足的睡眠。2、平时要保持平和、愉快的心情，避免精神刺激或过度劳累，建立和谐的人际关系和良好的社会支持系统。3、对有生育需要的女性患者，妊娠可加重病情，应该治愈后再妊娠。 |  |
| **营养** | 1、限制碘的摄入，忌用富碘食物和药物。如果应用放射性碘治疗甲亢，则含碘多的食物应禁用至少7天。2、保证能量供给。需要量应结合临床治疗需要和患者适量而定。通常较正常人增加50%-70%。避免一次性摄入过多，适当增加餐次。随病情及治疗调整能量及其他营养素的供给量。3、增加碳水化合物摄入量。供能比占总能量的60%左右。4、保证蛋白质供给。蛋白质供给可按每天1、5-2、0/kg。不宜过多给予动物蛋白质，因其有刺激兴奋的作用，应占蛋白总量的1/3左右，其余由大豆及其制品提供。脂肪供给量可正常或偏低。5、保证充足的矿物质和维生素。适当增加是钾、钙、磷等的供给，如有腹泻更应注意补充富含维生素B1、B2及维生素C的食品，适当多食动物肝脏、新鲜绿叶蔬菜，必要时补充复合维生素矿物质补充剂。6、适当限制膳食纤维摄入量。腹泻及排便次数增多患者减少富含膳食纤维的食物摄入。 |  |