



مرکز آموزشی، پژوهشی و درمانی امام حسن (ع)

راهنمای خود مراقبتی پرکاری تیروئید (هایپر تیروئید یسم)



دفتر آموزش سلامت بیمارستان امام حسن (ع) بجنورد

تایید کننده :

دکتر حبیبه سادات شاکری

فوق تخصص بیماری های غدد

کد محتوا : ۱۱۹

گروه هدف : بیماران

پاییز ۹۸

سایر آموزشها

- برای کاهش اسهال از مصرف مواد غذایی چاشنی دار و مواد محرک مثل قهوه ، چای ، نوشابه گازدار، الکل اجتناب کنید.
- هیجانات عاطفی شما به خاطر بیماری بوده و مطمئن باشید بعد از درمان بر طرف می شود .
- جهت کاهش اضطرابتان ، از شرایط استرس زا مثل محل های شلوغ و پر رفت و آمد دوری کنید
- برای کاهش خطر بروز پوکی استخوان که بطور دیررس ایجاد می شود بخصوص در زنان روزانه شیر و لبنیات و منابع سرشار از ویتامین D مانند ماهی و روغن کبد ماهی مصرف نمایید .
- محیط زندگی خنک و مطبوع باشد .
- حمام با آب خنک و نوشیدنیهای خنک استفاده کنید .
- خانواده محترم ، با بیماران مبتلا به پرکاری تیروئید پر خوردی آرام و صبورانه داشته باشید و عوامل تنش زای محیطی مثل سروصدای و موسیقی بلند، زنگ دستگاه ها و را به حداقل برسانید .
- ممکن است بیمار شما به دلیل افزایش اشتها و کاهش وزن به مرور زمان دچار کاهش اعتماد به نفس شود در این زمان شما می بایست این تغییرات را درک کرده آنها را غیر طبیعی قلمداد نکرده ، جهت سازگاری با تغییرات وی را حمایت نمایید . و او را به دلیل پر خوری سرزنش نکنید .

منابع

- ❖ پرستاری داخلی جراحی برونر سودارت بیماری های غدد ۲۰۱۸
- ❖ <http://darman.tums.ac.ir>
- ❖ آموزش به بیمار ام کانابویو
- ❖ پاسخگویی به سوالات بعد از ترخیص هر روز به جز ایام تعطیلات ساعت ۱۴ الی ۱۵ : خانم ریحانی : ۰۹۱۵۶۴۱۶۸۹۳
- ❖ سامانه نوبت دهی اینترنتی درمانگاه تخصصی و فوق تخصصی : www.Nobat-ihh.nkums.ac.ir
- ❖ شماره تلفن نوبت دهی درمانگاه تخصصی و فوق تخصصی : ۰۵۸-۳۱۵۵۱۴۴۰۰
- ❖ آدرس سایت آموزش به بیمار بیمارستان جهت کسب اطلاعات بیشتر :

www.nkums.ac.ir

۵

درمان با ید رادیواکتیو ۱۳۱

- پرتو تابی با ید که اثر تخریبی روی سلولهای تیروئید که بیش از حد فعال شده دارد .
- معمولاً بایک دوره درمان بهبودی حاصل می شود
- درمان متداول در سالمندان می باشد .
- در زنان شیرده و حامله ممنوع است .
- بارداری پس از درمان با ید رادیواکتیو باید تا ۶ ماه به تعویق بیفتد .

درمان با داروهای ضد تیروئید

- این داروها باعث مهار ساخته شدن هورمون های تیروئید می شوند .
- شایع ترین دارو استفاده شده متی مازول می باشد ، چند هفته طول می کشد تا دارو اثر خود را نشان دهد . (تاثیردارو با بهبود علائم بیمار مثل نبض و فشار خون و وزن و هورمونهای تیروئید درخون مشخص می شود) .
- با پی گیری و مراجعات دوره ای به پزشک و انجام آزمایشات لازم ، به تدریج مقدار دارو با توجه به شرایط شما تغییر می کند .
- در هنگام مصرف متی مازول اگر دچار عفونت ، تب بالا ، التهاب حلق و زخم های دهان ، بثورات (لکه های) پوستی ، درد مفصل ، زردی پوست ، خارش شدید ، نشان دهنده عوارض دارو بوده که بایستی دارو قطع و به پزشک مراجعه کنید .
- از مصرف داروهای ضد احتقان برای گرفتگی بینی خودداری کنید .
- دارو را با غذا مصرف کنید .
- دارو را کم وزیاد نکرده و به طور ناگهانی قطع نکنید .
- اگر قصد بارداری دارید و یا باردار شدید حتماً به پزشک خود مراجعه کنید .

۴

تعریف

به کلیه شرایطی که طی آن هورمون تیروئید در بدن بیش از حد طبیعی باشد گفته می شود.

علتهای پرکاری تیروئید چیست؟

- شایع ترین علت ، افزایش تولید هورمون توسط غده تیروئید می باشد که به آن بیماری گریوز می گویند
- تحریک غیر طبیعی غده تیروئید توسط آنتی بادیهای تولید شده در گردش خون باعث افزایش اندازه و افزایش ترشح هورمون تیروئید می شود. اندازه غده ۳ تا ۴ برابر بیش از حد طبیعی می شود (گواتر).

- **سه مشخصه این بیماری:** (۱) پرکاری تیروئید - (۲) گواتر (بزرگ شدن غده) - (۳) اگزوفتالموس (چشمان برآمده نگاه خیره)
- غالباً در خانم های جوان ۲۰ تا ۴۰ سال دیده می شود در زنان ۸ برابر بیشتر از مردان بوده
- افراد با سابقه فامیلی مثبت بیشتر مبتلا می شوند
- ممکن است بعد از شوک های عاطفی ، تنفسی و عفونت در این افراد به وجود آید .
- وجود یک یا چند گره (توده) در غده تیروئید این گره ها بتدریج رشد کرده و میزان هورمونی که وارد خون می کند را افزایش می دهند .

اگزوفتالمی(بیماری چشمی) در پرکاری تیروئید



بیرون زدگی غیر طبیعی

۱

اگر یک گره باشد به آن گواتر سمی خودکار می گویند و اگر چند گره باشد به آن گواتر چند گره ای می گویند .

- تیروئیدیت (التهاب غده تیروئید) در اثر عفونتهای ویروسی اتفاق می افتد موقتی بوده و برای چند هفته تا چند ماه طول می کشد .

- مصرف زیاد هورمونهای تیروئید (برای مثال برای درمان کم کاری تیروئید می باشد)
- مصرف برخی داروهای مثل آمیودارون و محلول لوگول (دارای مقدار زیاد ید هستند)

علائم پرکاری تیروئید؟

- بی قراری و عصبانیت ، دلواپسی ، ناتوانی برای آرام نشستن

- تپش قلب حتی در حالت استراحت

- تعریق زیاد

- پوست برافروخته ، نرم ، مرطوب و گرم (رنگ نقره ای شبیه به رنگ ماهی غزل آلا) پوست در سالمندان خشک و خارش دار می شود .

- عدم تحمل گرما

- افزایش فشار خون

- بیرون زدگی کره چشم (اگزوفتالمی) باعث خیرگی چشم شد.

- ضعف و خستگی

- کاهش وزن

- علیرغم اشتهاى زیاد و مصرف بیش از حد غذا

- قطع قاعدگی

- مو نازک و نرم

- اسهال



۲

تشخیص

- شرح حال و علائم و نشانه هایی که وجود دارد .

- معاینه غده توسط پزشک دیدن لمس کردن غده

- اندازه گیری هورمونهای تیروئید T3 (تی تری) و T4 (تیفور) افزایش یافته ومقدار TSH (تی اس اچ) کم میشود .

- آزمایش برداشت ید رادیواکتیو (یک دوز ید نشاندار ۱۳۱ به بیمار داده می شود بعد از ۲۴ ساعت مقدار برداشت ید توسط تیروئید بررسی می شود .

- در پرکاری برداشت ید افزایش می یابد .



درمان

یک روش درمانی یکسان برای تمام انواع پرکاری تیروئید وجود ندارد ، انتخاب درمان به سن و علت پرکاری و شدت پرکاری بستگی دارد .

درمان شامل

- درمان با ید رادیواکتیو ، جهت ایجاد اثرات تخریبی روی غده تیروئید .

- درمان داروئی با داروهای ضد تیروئید .

- جراحی (برداشتن قسمت زیادی از غده تیروئید .

- درمانهای کمکی برای تسکین علائم (مثل قرصهای ایندرال و اتنولول برای کاهش تپش قلب و کاهش فشارخون)

۳