

甲狀腺癌生活照護指南



高雄長庚紀念醫院
甲狀腺癌個案管理師

田昕禾



甲狀腺癌治療流程

甲狀腺外科手術 確定診斷(甲狀腺癌)

- 手術後外科門診追蹤1-2個月
→轉至新陳代謝科門診安排碘131治療→轉介至核子醫學科
1. 安排輻射防護隔離病房之登記
 2. 提供放射碘治療衛教單
 3. 提供低碘飲食衛教單

門診
追蹤

1. 停用甲狀腺素4~6週
或
2. 放射碘治療前2天肌肉
注射甲促素，即不需停藥

+ 採低碘飲食
(2~4週)

碘131全身掃描

口服碘 I-131治療
低劑量/高劑量(隔離病房)



註：rh-TSH(基因重組甲促素)-

1. 兩劑（單劑費用約2萬多），自費帶藥返家由病人自行保管（需冷藏）
2. 在放射碘治療（服用原子碘）前兩天，將rh-TSH 帶回核醫科，由核醫人員協助肌肉注射。

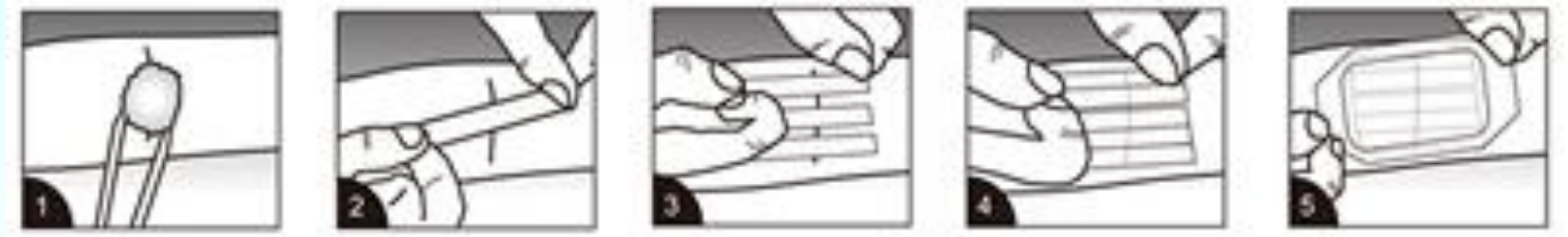
生病了, 好焦慮, 好徬徨...

- * 相較於大多數惡性腫瘤(癌症), 分化型甲狀腺癌較容易控制, 經適當治療後存活率更是遠高於其它癌症, 以乳突癌為例, >10年存活率可超過90 %。
- * 其它較少見(5%)未分化型甲狀腺癌的病程進展迅速, 死亡率較高。

手術後…

* 疤痕照護-建議達6個月

美容膠帶：5-7天即應更換一次美容膠帶，若膠帶邊緣開始翹起或髒污時，即需更換新品（請勿天天更換，以免傷害新生組織）



除疤凝膠：將疤痕擦拭乾淨之後，全乾再擦上凝膠，塗抹方式要同一個方向，不可來回塗抹。



手術後…

*** 聲音沙啞-避免用力大聲及長時間說話**

大部份是因為手術中喉返神經受損引起，但亦有部份原因不詳。

有很多聲帶麻痺者，會在3~6個月內逐漸適應或恢復。若症狀未改善再考慮治療(耳鼻喉科)…

輕~聲~細~語~



手術後…

* 甲狀腺功能異常-有些病人因服用甲狀腺素而有心悸、失眠、疲倦等症狀

-調整甲狀腺素藥物

* 血鈣過低-神經麻木、肌肉抽搐、痙攣

-補充鈣質及維他命D

* 定期的回診-

1. 監控血液鈣離子及甲狀腺功能，調整劑量
2. 頸部超音波檢查及甲狀球蛋白檢驗以便偵測
癌症複發

放射碘治療後…

很少有極嚴重的併發症，副作用大多屬於短暫性

*口乾-部分放射碘積存在唾液腺內，會令口水分泌減少，增加口乾的機會。

- 1.建議在服用原子碘24~48小時後再進食酸性食物，以減低唾液腺接受到的放射劑量
- 2.多喝水、清淡飲食、口含碎冰及維他命C片、嚼口香糖或喝檸檬汁等方式來增加唾液分泌
- 3.耳鼻喉科診察…



放射碘治療後…

不會影響生育能力

* 女性-

1. 女性25 %會暫時性經期/量改變或無月經
2. 不可哺乳(放射碘會經由乳腺分泌，建議下一胎再哺乳)
3. 如有計畫要懷孕，請先諮詢醫生；建議半年~1年後再懷孕(避免畸胎)

* 男性-

精蟲數量會短暫減少，建議避孕三個月，但仍可擁有性生活

放射碘治療後…

- * 出院後即可進出公共場所（1週內與他人保持1公尺距離）
- * 隨身用物不需丟棄（1週後即無輻射殘留）
- * 避免與孕婦及小孩接觸（建議3週內）
- * 準備出國者可向核醫科申請曾接受治療證明文件（3個月內機場輻射偵測器可能會有感應）

1. 完成攝影檢查後-**均衡正常**飲食，維持合理體重
2. 勿購買或服用未經科學證明的補品或健康食品
3. 不要聽信不正確的飲食限制或偏方

補充：低碘飲食(可以吃的呦~)

五穀根莖類：米類、綠豆、紅豆、燕麥、芋頭、南瓜、地瓜、玉米、去皮馬鈴薯、薏仁、蓮子、山藥、栗子、菱角、蓮藕、自製低碘烘培製品

油脂堅果類：所有植物油、麻油、香油、無鹽堅果

蔬果類：水果、青菜類(菠菜不行)、菇類、木耳

肉類：蛋白，新鮮的雞/鴨/鵝/豬/牛/羊

飲料類：含糖飲料、黑咖啡、現泡茶葉、無鹽米漿、純果汁

調味料：**無碘鹽(X聯超市)**，味精、白醋、糖、蜂蜜、辣椒、蔥、薑、蒜、黑白胡椒粉
(不能胡椒鹽呦!)



- 甲狀腺癌經過治療後都能得到相當好的控制。
- 甲狀腺癌（90%）症狀較輕，治療方式相對於其它癌症來說較容易且時間短、預後又好。
- 病友可以試著調整自己，恢復到正常的生活，有必要時也可以透過個案管理師或專業的心理師協助，來適應疾病及生活品質。



謝謝聆聽

