

Щитоподібна залоза Що потрібно знати

Щитоподібна залоза — це маленька, схожа на метелика залоза на передній поверхні ший, яка виробляє тиреоїдні гормони. Тиреоїдні гормони подорожують від щитоподібної залози через кровоплин до всіх частин організму, де здійснюють свою функцію, регулюючи засвоєння організмом їжі та використання її для енергії.

Ця залоза — частина ендокринної системи, до якої належить гіпофіз, гіпоталамус, вилочкова залоза (тимус), шишкоподібна залоза (епіфіз), яєчка, яєчники, надниркові залози, паращитоподібні залози та підшлункова залоза.

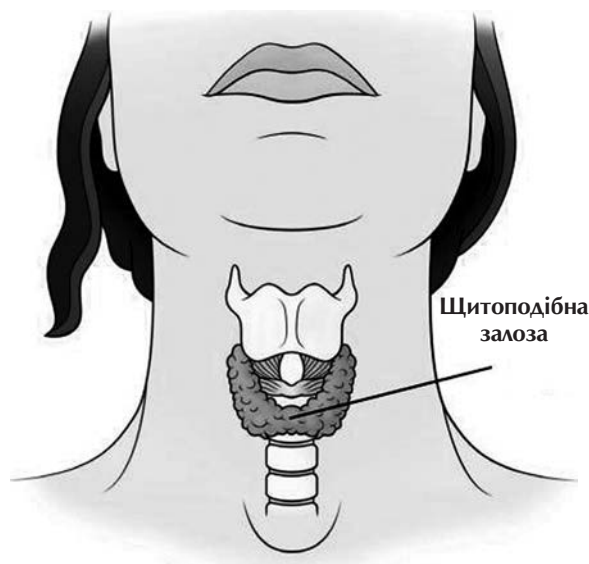
ЯК ПРАЦЮЄ ЩИТОПОДІБНА ЗАЛОЗА?

Щитоподібна залоза контролюється гіпофізом, залозою розміром з горошину, що розташована біля основи мозку. Гіпофіз оцінює вміст тиреоїдних гормонів у крові й подає щитоподібній залозі сигнал про потребу збільшити або зменшити секрецію гормонів для постійного утримання їх у нормальних межах.

Для продукування тиреоїдних гормонів щитоподібна залоза використовує йод. Йод надходить зі щоденною їжею, переважно з морепродуктами. Якщо його надходження з продуктами недостатнє, використовують йодовану сіль.

У ЧОМУ ПОЛЯГАЄ ВАЖЛИВІСТЬ ТИРЕОЇДНИХ ГОРМОНІВ?

Тиреоїдні гормони допомагають усім органам нормально працювати. Вони контролюють, як організм використовує їжу для видобутку енергії.



Тиреоїдні гормони впливають на обмін речовин, що означає, наскільки швидко чи повільно працюватимуть мозок, серце, м'язи, печінка та інші частини тіла. Якщо ваш організм працює занадто швидко чи занадто повільно, ви почуватиметеся погано.

ЯКІ МОЖУТЬ БУТИ ПОРУШЕННЯ ФУНКЦІЇ ЩИТОПОДІБНОЇ ЗАЛОЗИ?

Щитоподібна залоза може почати працювати неправильно, але існує відповідне лікування для усунення проблем, пов'язаних із розладами її функції. Людина будь-якого віку, навіть немовля, може мати проблеми зі щитоподібною залозою.

Порушення щитоподібної залози виникають тоді, коли вона вивільняє забагато (надмірна активність) чи недостатньо (понижена активність) гормонів. Ці порушення часто мають родинний характер і частіше трапляються в жінок.

Гіпотиреоз — зниження активності щитоподібної залози (низькі рівні тиреоїдних гормонів у крові).

Якщо в організмі бракує тиреоїдних гормонів, то органи та системи уповільнюють свою роботу.

Симптоми уповільненої роботи щитоподібної залози:

- відчуття втоми;
- мерзлякуватість, навіть коли іншим комфортно чи затепло;
- зменшення частоти серцевих скорочень;
- сухість шкіри та волосся;
- закрепи;
- збільшення маси тіла, навіть якщо ви їсте небагато, а фізична активність звичайна;
- уповільнення росту в дітей;
- виражене порушення менструального циклу (спектр різноманітний, часто — надмірні менструальні виділення).

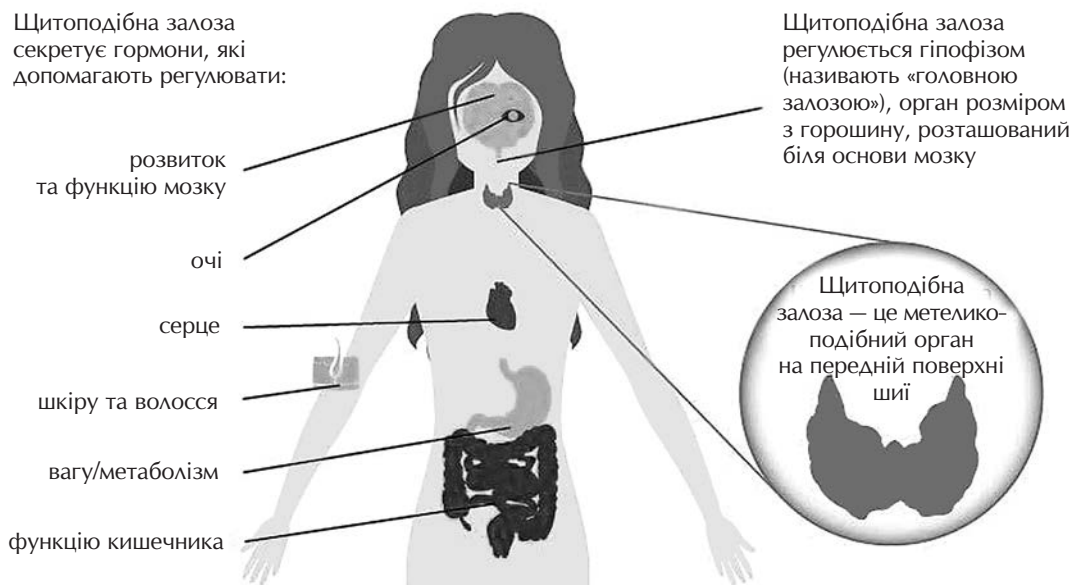
Гіпертиреоз — збільшення активності щитоподібної залози (високі рівні тиреоїдних гормонів у крові).

Постійна надлишкова кількість тиреоїдних гормонів у крові прискорює активність обмінних процесів в організмі.

Симптоми надлишкової секреції гормонів щитоподібної залози:

- тривожність, нервовість, збудженість, дратівливість;
- посилене потовиділення;
- втомлюваність, складність концентрувати увагу;
- відчуття жару, навіть коли інші люди цього не відчувають;
- збільшення частоти серцевих скорочень;

Про щитоподібну залозу



ЯК ЦЕ ПРАЦЮЄ



- часті й нестійкі випорожнення (діарея);
- безпідставна втрата маси тіла;
- порушення зору;
- помірне порушення менструального циклу (може бути скорочення циклу, аж до відсутності менструацій, зменшення кількості виділень);
- проблеми із засинанням.

ЗБІЛЬШЕННЯ ЩИТОПОДІБНОЇ ЗАЛОЗИ

Якщо залоза збільшена (це називають зобом або волом), то вона може продукувати надлишкову, недостатню або нормальну кількість тиреоїдних гормонів. Ваш лікар з'ясує, чому відбулося збільшення залози.

НАЯВНІСТЬ УЩІЛЬНЕННЯ В ЩИТОПОДІБНІЙ ЗАЛОЗІ

У вас може бути ущільнення або припухлість щитоподібної залози, яке називають вузлом.

Зазвичай вузли не впливають на роботу щитоподібної залози, функція залози не порушена, секреція гормонів нормальна; іноді вузли можуть призводити до надлишкової продукції тиреоїдних гормонів.

Понад 90 % вузлів доброякісні, та інколи вони бувають злоякісними. Ваш лікар може виявити вузли під час обстеження шиї або ультразвукового дослідження щитоподібної залози.

Рак щитоподібної залози — найчастіший серед усіх злоякісних утворень у залозах ендокринної системи. Може виникнути в людей усіх вікових груп — від дошкільнят до осіб похилого віку. Найчастіше (у двох випадках із трьох) його діагностують в осіб віком від 20 до 55 років. Будь-які симптоми на ранніх стадіях хвороби зазвичай відсутні.

Якщо у вас виявили порушення функції щитоподібної залози, слід приймати рекомендовані медикаменти. Також запитайте вашого лікаря щодо

обстеження з приводу вузлів у щитоподібній залозі, збалансовано харчуйтесь, контролюйте свій сон та фізичну активність.

ЧИ ЗМОЖУ Я ЖИТИ БЕЗ ЩИТОПОДІБНОЇ ЗАЛОЗИ?

Так. Якщо вам видалили щитоподібну залозу, ви можете залишатися здоровим завдяки щоденному прийому тиреоїдних гормонів.

Словник

Ендокринолог — лікар, який лікує людей із хворобами ендокринних залоз, щитоподібної залози зокрема, або з гормональними проблемами.

Ендокринна залоза — група клітин, які виробляють гормони й секретують їх до кровоплину для дії на інші клітини.

Зоб (воло) — збільшена щитоподібна залоза.

Гормон — хімічна речовина, вироблена в ендокринній залозі. Гормон через кровоплин надхо-

ЗАПИТАННЯ ДО ЛІКАРЯ

- Що не так з моєю щитоподібною залозою?
- Чи потрібні мені додаткові обстеження?
- Скільки часу мені потрібно лікуватися?
- Чи має лікування побічні ефекти?
- Як часто мені треба проходити профілактичний огляд?
- Чи має мене спостерігати ендокринолог?

дить до різних частин організму, де допомагає іншим клітинам виконувати свою роботу.

Гіпотиреоз — недостатнє вироблення тиреоїдних гормонів щитоподібною залозою.

Гіпертиреоз — надмірне вироблення тиреоїдних гормонів щитоподібною залозою.

Метаболізм — процес, коли організм засвоює їжу, використовує її для видобутку енергії або накопичення для майбутнього вживання.