

# 25 мая – Всемирный день заболеваний щитовидной железы



Щитовидка – одна из важнейших желез внутренней секреции, задача которой состоит в хранении йода и выработке йодсодержащих гормонов – тироксина, трийодтиронина и кальцитонина. Два первых гормона принимают участие в энергетических и метаболических процессах, отвечают за нормальный рост органов и тканей, созревание нервной системы, обеспечивают выработку половых гормонов и половое развитие. Кальцитонин принимает активное участие в регулировании клеточного обмена кальция и фосфора, благодаря которым происходит формирование костей и опорно-двигательного аппарата. Именно от кальцитонина зависит рост и развитие человека, крепость его костей и зубов.

Щитовидная железа отвечает за нормальное протекание энергетического, жирового, белкового и углеводного обмена, правильную работу иммунной, репродуктивной и эндокринной системы, за состоянием ногтей, волос и кожи. От этой железы зависит полноценное физическое и умственное развитие, Поэтому дефицит любого из гормонов может привести к развитию

аутоиммунных заболеваний, тяжело поддающихся лечению. Если же недостаток тиреоидных гормонов возникает в период беременности, значительно увеличивается риск развития патологий плода, что может закончиться его гибелью.

В медицине выделяют **три основных состояния щитовидной железы**, определяющих ее функциональную активность:

– **Эутиреоз**. Патологические нарушения касаются только щитовидки. При этом производство и выведение тиреоидных гормонов не нарушается, а все подконтрольные органы и системы полноценно выполняют свои функции. В итоге возникают морфологические изменения самого органа (образование узлов, гиперплазии, зоба).

– **Гипертиреоз**. Состояние, при котором чрезмерная активность железы приводит к избыточной выработке гормонов и вбрасыванию их в кровоток. В результате происходит ускорение обменных процессов и появляются характерные отклонения в поведении и самочувствии человека.

– **Гипотиреоз**. Состояние, развивающееся на фоне дефицита гормонов и сопровождающееся энергетической недостаточностью. Протекание метаболических процессов замедляется, что тормозит половое и психическое развитие в детском возрасте, а у взрослых сопровождается рядом характерных симптомов.

Нарушения функций щитовидки затрагивают практически все органы и системы человеческого организма, в том числе и самые основные – сердечно-сосудистую, нервную и репродуктивную. Патологические изменения зависят от множества причин, как внутренних, так и внешних, многие из них связаны с образом жизни, возрастом и половой принадлежностью пациента.

**К причинам и факторам, которые приводят к заболеваниям щитовидной железы, относятся:**

– наследственная предрасположенность;

- инфекционные и хронические заболевания;
- нарушение функций эндокринной системы;
- сбои в работе иммунной системы;
- прием некоторых медицинских препаратов;
- стрессовый фактор;
- регулярные психоэмоциональные перегрузки;
- несбалансированный рацион питания, связанный с недостатком важнейших витаминов и дефицитом йода;
- неблагоприятная экологическая среда (в частности повышенный радиационный фон).

**Нарушение функций важнейшей железы приводит к ряду общих симптомов и выражается в следующих проявлениях:**

- избыточная потливость;
- необъяснимые колебания массы тела в большую или меньшую сторону;
- нарушение сердечного ритма;
- человек может постоянно мерзнуть или наоборот, ощущать прилив жара;
- расстройства пищеварения, диарея, запоры;
- возрастание уровня холестерина в крови;
- сбой менструального цикла у женщин;
- повышенная нервозность и раздражительность или наоборот, слабость и апатия;
- тремор (дрожание конечностей);
- появление ярко выраженной отечности;

- выпадение волос, ухудшение состояния кожи, ногтей;
- проблемы с усвоением новой информации и концентрацией внимания.

**Диагностика** заболеваний щитовидной железы строится на применении лабораторных и аппаратных методов. На приеме врач-эндокринолог проведет визуальный осмотр и пальпацию щитовидной железы. Нарушение функций щитовидки, проявляющееся в форме гипо- или гипертиреоза поддается терапии медикаментозными средствами. Помимо медикаментозной терапии комплексное лечение дисфункций щитовидной железы подразумевает соблюдение определенной диеты.

**Профилактические меры** по предотвращению нарушений функций щитовидной железы заключаются в следующем:

- восполнение йодного дефицита;
- правильное и полноценное питание;
- избегание стрессовых ситуаций, переутомлений и нервных срывов;
- своевременное лечение сопутствующих заболеваний;
- регулярное прохождение осмотра у эндокринолога;
- УЗИ – контроль над состоянием органа.
- бальнеотерапия (прием минеральных вод) и отдых на морских курортах.

**Т.И. Бружас, врач-терапевт поликлиники №5 УЗ «Борисовская больница №2»**