

20-26 мая неделя профилактики заболеваний эндокринной системы.

Всемирный День Щитовидной Железы (25 мая) берет свое начало с 2009 года, когда «Европейская тиреоидная ассоциация» выступила с инициативой выделить определенный день в календаре, посвященный заболеваниям щитовидной железы, в связи с актуальностью проблемы.

Статистика Всемирной организации здравоохранения свидетельствует: от 10 до 30% взрослого населения в мире имеют увеличение железы в результате дефицита йода или страдают другими заболеваниями щитовидной железы. Ежегодно эта цифра увеличивается на 5%.

В последние десятилетия установлены доказательства влияния дисфункции щитовидной железы на развитие или неблагоприятное течение иных заболеваний.

Всемирный День Щитовидной Железы – это возможность объединения совместных усилий пациентов, врачей, представителей органов здравоохранения в области организации программ профилактики и раннего выявления заболеваний щитовидной железы и повышение качества и доступности медицинской помощи в этой области. В этот день в разных странах мира проводятся мероприятия, цель которых повысить уровень информированности населения о заболеваниях щитовидной железы, методах их лечения и профилактики, бесплатное обследование населения, серии научно-практических конференций для специалистов.

Щитовидная железа – самая большая в эндокринной системе человека, расположена на передней поверхности шеи под гортанью перед трахеей, имеет форму бабочки, состоит из двух долей связанных между собой перешейком. Средний вес щитовидной железы взрослого человека составляет 15-30 г. Вырабатывает три гормона: трийодтиронин, тироксин и кальцитонин, которые регулируют обмен веществ, рост и развитие тканей и органов и костного аппарата.

Причины увеличения щитовидки

Дефицит в пище и воде йода и некоторых других микроэлементов (фтора, селена).

Плохая экологическая обстановка, когда токсические вещества из окружающей среды попадают в организм, что отражается на функционировании щитовидной железы.

Гиповитаминоз (дефицит витамина D).

Наличие инфекций, подавляющих иммунитет.

Хронические стрессы.

Недостаточная физическая активность.

Врожденная наследственная предрасположенность.

Проблемы со щитовидной железой встречаются у женщин в восемь раз чаще, чем у мужчин.

Проявления поражений щитовидной железы многообразны. Самым распространенным и известным среди населения является увеличение щитовидной железы - зоб. Собирательное понятие, объединяющее все образования щитовидной железы, имеющие различные характеристики - узловой зоб. Под термином «узел» подразумевается образование в щитовидной железе любого размера.

Выделяют пять степеней увеличения размеров щитовидной железы:

Первая степень: Щитовидная железа визуально не изменена, изменения не пальпируются, но в момент глотания виден перешеек, соединяющий доли железы.

Вторая степень: Доли железы хорошо пальпируются и заметны во время глотания. Очертания шеи при этом пока остаются прежними.

Третья степень: Зоб и перешеек железы становятся хорошо видимыми, шея утолщается, но выраженного физического дискомфорта это пока не причиняет.

Четвертая степень: Зоб продолжает расти, очертания шеи сильно меняются, на ней прорисовываются контуры долей железы, видимые даже в состоянии неподвижности и покоя.

Пятая степень: Зоб приобретает большие размеры и начинает сдавливать рядом находящиеся органы: трахею, пищевод, кровеносные артерии, голосовые связки, что может сопровождаться одышкой, затруднением процессов жевания и глотания, чувством тяжести в груди, головными болями, изменением голоса.

Заболевания щитовидной железы

С нарушением функции:

- гипотиреоз - уменьшение активности щитовидной железы;
- гипертиреоз - увеличение активности щитовидной железы.

Функция в норме (эутиреоз), но изменена структура железы (тиреоид и др.).

Гипотиреоз

Характерные проявления:

Постепенное увеличение массы тела вследствие замедления обменных процессов в организме.

Сухость, шелушение, бледность или желтушность кожи.

Сухость, ломкость и выпадение волос.

Склонность к зябкости, ознобу, плохая переносимость холода.

Отечность лица и век, а также конечностей.

Замедление сердечного ритма: пульс ниже 60 ударов в минуту.

Снижение артериального давления.

Повышение холестерина в крови.

Общая слабость, заторможенность, сонливость.

Затруднение дыхания, осиплость голоса.

Депрессия, подавленное настроение.

Нарушения памяти, снижение работоспособности.

Головные боли.

Нарушение менструального цикла у женщин.

Признаки анемии.

Снижение аппетита.

Сухость во рту.

Тошнота, рвота, запоры, метеоризм.

Гипертиреоз

Характерные проявления:

Потеря веса при полноценном питании и повышенном аппетите.

Ускорение сердечного ритма: пульс более 90 ударов в минуту.

Повышение артериального давления, одышка.

Истончение волос и ломкость ногтей.

Плохая переносимость жары и повышенное потоотделение.

Влажность кожи, в отдельных случаях – нарушения пигментации.

Дрожание рук.

Повышенная возбудимость, нервозность, раздражительность, беспокойство, чувство страха.

Мышечная слабость и быстрая утомляемость.

Расстройство сна.

Чувство жажды, частое мочеиспускание.

Светобоязнь, слезотечение.

Расстройство половой функции.

Нарушения со стороны ЖКТ: рвота, диарея, запоры.