



راهکارهای مؤثر طب سنتی ایران برای «کم‌کاری تیروئید»

کم‌کاری تیروئید، یکی از مشکلاتی است که بسیاری از افراد جامعه را گرفتار خود کرده است. محققان کشور برای درمان مؤثر این بیماری، کمک گرفتن از طب سنتی ایران را در کنار سایر روش‌های پزشکی نوین توصیه کرده‌اند.

کم کاری تیروئید، یکی از مشکلاتی است که بسیاری از افراد جامعه را گرفتار خود کرده است. محققان کشور برای درمان مؤثر این بیماری، کمک گرفتن از طب سنتی ایران را در کنار سایر روش های پزشکی نوین توصیه کرده اند.

به گزارش ایسنا، غده تیروئید، غده ای کوچک و پروانه ای شکل با وزن بین 10 تا 20 گرم در افراد بالغ است که هورمون های متعددی را تولید می کند. این هورمون ها، بر قسمت های مختلف بدن اثر گذاشته و تأثیر زیادی بر سلامتی عمومی شخص دارند. در صورتی که این غده دچار کم کاری شود، فرد دچار بیماری موسوم به «هیپوتیروئیدی» یا کاهش عملکرد تیروئید می گردد که در صورت عدم درمان، می تواند مشکلاتی نظیر اختلالات چربی خون، اختلالات قلبی عروقی و اختلالات روان پزشکی را به همراه داشته باشد.

به گفته محققان، شیوع این بیماری در مناطق مختلف جهان متفاوت است. معمولاً در مناطق غنی از عنصر ید، شیوع بیماری فوق، 1 تا 8 درصد جمعیت و در مناطق با ید ناکافی، میزان بروز 10 تا 20 برابر است. ولی در کل، علاوه بر میزان «ید» دریافتی در افراد، سایر فاکتورها نظیر سن، جنس، ژنتیک، قومیت، سیگار، الکل و وجود برخی بیماری های دیگر نیز می توانند در بروز این بیماری مؤثر باشند. در حال حاضر، داروی لووتیروکسین درمان استاندارد و انتخابی برای بیماری هیپوتیروئیدی است، ولی گاهی نتایج درمانی مورد انتظار را برای بیماران فراهم نمی آورد. لذا استفاده از درمان های تکمیلی برای بهبود این بیماری بایستی بیشتر مورد توجه قرار گیرد و در این راستا، به نظر می رسد طب سنتی ایران از ظرفیت های بالایی برخوردار است.

برای بررسی بیشتر این موضوع، یک گروه تحقیقاتی 8 نفره از دانشگاه شاهد، دانشگاه علوم پزشکی تهران و دانشگاه تربیت مدرس، پژوهشی را انجام داده اند که در آن، ارتباط بین علائم بیماری هیپوتیروئیدی با آنچه در طب سنتی ما به عنوان «سوءمزاج سرد» شناخته می شود، مورد بررسی قرار گرفته است.

در این مطالعه مروری که با روش کتابخانه ای انجام شده است، محققان فوق، منابع مستند طب رایج و طب سنتی ایران و همچنین بانک های اطلاعاتی موجود و نرم افزار کتابخانه جامع طب را مورد بررسی قرار داده و پس از طبقه بندی اطلاعات، اختلافات و مشابهت های سوءمزاج سرد و هیپوتیروئیدی را استخراج و مشخص کرده اند.

نتایج بررسی های فوق نشان می دهند که علائم هیپوتیروئیدی و علائم سوءمزاج سرد، تناسب بسیاری با یکدیگر دارند و با توجه راهکارهای درمانی طب سنتی ایران برای رفع سوءمزاج سرد، می توان از آن ها برای رفع مشکل بیماران مبتلا به هیپوتیروئیدی استفاده کرد. بدین منظور، تشخیص و تعدیل مزاج در مبتلایان به هیپوتیروئیدی و نیز رعایت تدابیر لازم جهت بهبود سبک زندگی این بیماران می تواند باعث ارتقاء سطح سلامتی و رفع علائم در آن ها گردد.

حسن نامدار، محقق گروه طب سنتی ایرانی دانشکده پزشکی دانشگاه شاهد و سایر همکارانش در این پژوهش می گویند: «علائم هیپوتیروئیدی که شامل خستگی، بی حالی، افزایش حساسیت به سرما، بیوست، خشکی پوست، خشکی مو و ناخن، صورت پف آلود، صدای خشن، افزایش وزن غیرقابل توجیه، سفتی عضله، ورم مفاصل، اختلالات پرئود و افسردگی هستند، از دیدگاه طب ایرانی دارای همپوشانی قابل توجهی با علائم سوءمزاج سرد هستند و در همین راستا، بیماری های همراه هیپوتیروئیدی نظیر کبد چرب نیز می توانند از پیامدهای مزاج سرد باشند».

به بیان این پژوهشگران، «با توجه به یافته های این مطالعه در تأکید همپوشانی هیپوتیروئیدی با مزاج سرد، توصیه می شود بیماران مبتلا به هیپوتیروئید، به عنوان مکمل درمان طب نوین، از غذاها و داروهای با طبع گرم و معتدل، کاهش مصرف غذاها و داروهای با طبع سرد و تر، فعالیت بدنی معتدل و خواب مناسب بهره ببرند. بنابراین با استفاده از ظرفیت طب سنتی می توان به ارتقاء سطح سلامت این افراد کمک کرد و وضعیت آن ها را بهبود بخشید».

نامدار و همکارانش که یافته های خود را در «مجله طب سنتی اسلام و ایران» منتشر نموده اند، پیشنهاد می دهند که متخصصان مسئول، با طراحی مطالعات بالینی، راهکارهای درمان سوءمزاج سرد را برای بهبود علائم بیماران هیپوتیروئیدی مورد توجه قرار دهند.

شایان ذکر است مجله مورد اشاره فوق، فصل نامه ای است که توسط فرهنگستان علوم پزشکی جمهوری اسلامی ایران منتشر می شود.