



وقتی تیروئید تنبل می شود

اختلالات تیروئید یکی از شایع‌ترین مشکلاتی است که افراد زیادی با آن روبه‌رو هستند. در رویارویی با این مشکل هم

...

اختلالات تیروئید یکی از شایع‌ترین مشکلاتی است که افراد زیادی با آن روبه‌رو هستند. در رویارویی با این مشکل هم مانند بسیاری از مشکلات دیگر اگر اطلاعات دقیق و درستی داشته باشیم می‌توانیم از بروز عوارض ناشی از آن پیشگیری کنیم؛ اطلاعات ساده‌ای مانند علل بروز بیماری، اقدامات پیشگیرانه، مصرف منظم دارو یا درمان به موقع.

دکتر لطف‌الله ساعد، فوق تخصص غدد و متابولیسم درباره این بیماری توضیح می‌دهد:

غده تیروئید یکی از غدد درون‌ریز بدن است و هورمون تیروکسین را ترشح می‌کند که نقش مهمی در سوخت و ساز بدن و رشد و تمایز سلول‌ها به خصوص سلول‌های مغز و سیستم اسکلتی - عضلانی دارد. به عبارت دیگر تمام سلول‌های بدن، مستقیم یا غیرمستقیم به هورمون‌های تیروئید وابسته هستند.

در صورت کمبود این هورمون، سلول‌ها دچار اختلال عملکرد و نارسایی می‌شوند که این مساله ممکن است عوارض مهمی برای فرد ایجاد کند، به خصوص در دوران کودکی که عدم درمان، منجر به ایجاد عوارضی غیرقابل برگشت می‌شود.

چرا کم‌کاری تیروئید بروز می‌کند؟

کم‌کاری تیروئید یکی از بیماری‌های شایعی است که میان زنان بیشتر مشاهده می‌شود و با بالا رفتن سن نیز شیوع آن افزایش می‌یابد. این بیماری علل مختلفی دارد و شایع‌ترین علت‌ها، بیماری به نام هاشیموتو است که نوعی بیماری خودایمنی به حساب می‌آید.

جراحی‌های تیروئید، استفاده از ید رادیواکتیو، کمبود ید برای مدتی طولانی و مصرف داروها بخصوص داروهایی که برای درمان پرکاری تیروئید استفاده می‌شود نیز در صورت مصرف بیش از حد می‌توانند منجر به این بیماری شوند.

کودکان نیز به علل مادرزادی شامل عدم تشکیل غده تیروئید، اختلالات تولید هورمون‌های تیروئید، تیروئیدهای ناب‌جا و عوامل مرتبط با مادر مثل دریافت ید رادیواکتیو طی بارداری ممکن است به این بیماری مبتلا شوند.

مشکلات موجود در غده هیپوفیز یا هیپوتالاموس به خصوص تومورهای این نواحی و رادیوتراپی‌های سر و گردن نیز می‌تواند منجر به کم‌کاری تیروئید شود.

در مواردی هم به علت مقاومت بدن به هورمون‌های تیروئید، این هورمون‌ها تاثیر مناسبی ندارند.

بعد از این‌که یک مرحله پرکاری تیروئید پشت سر گذاشته شد و ممکن است از نظر بالینی بدون علامت باشد، شاید بیمار وارد مرحله کم‌کاری تیروئید شود. این مرحله می‌تواند موقت یا دائمی باشد.

نشانه‌های کم‌کاری تیروئید

علائم کم‌کاری تیروئید با توجه به سن افراد متفاوت است. کم‌کاری تیروئید در نوزادان با علائم مختلفی مانند زردی طولانی‌مدت، خواب زیاد کودک، برآمدگی شکم به صورت فتق‌های نافی، شیر نخوردن به اندازه کافی، کاهش رشد نوزاد و ورم بدن و دور چشم‌ها نمایان

می‌شود.

این بیماری در این کودکان با علائمی مانند اختلال رشد، عدم تمرکز و توجه و اختلالات هوش خود را نشان می‌دهد.

در بزرگسالی ممکن است علائم جدیدی بروز کند که این نشانه‌ها بر اساس عضوی که درگیر می‌شود، تفاوت دارد، به عنوان مثال در پوست با خشکی، خارش و سردی نمایان می‌شود.

افزایش وزن، کاهش انرژی بدن، عدم تحمل سرما، صورت پف‌آلود، ورم دور چشم، ریزش مو و ابرو، اختلالات قاعدگی، نازایی و سقط، درد و ضعف عضلانی بخصوص در راه رفتن و بالا رفتن از پله، خستگی زودرس، بزرگ شدن غده تیروئید یا در بعضی موارد تخریب کامل این غده نیز از دیگر علائم است.

یبوست، سوءجذب مواد غذایی و اختلالات گوارشی نیز از جمله مشکلاتی است که بر اثر کم‌کاری تیروئید در دستگاه گوارش بروز می‌کند.

دارو را بموقع مصرف کنید

درمان مناسب و بموقع نقش مهم و موثری در کاهش عوارض این بیماری دارد. اما فراموش نکنید مصرف داروها حتما باید با تجویز پزشک و تحت نظر او باشد، چراکه میزان مصرف برای افراد مختلف متفاوت است.

برای درمان کم‌کاری تیروئید از قرص لووتیروکسین استفاده می‌شود. بیماران حتما باید قرص را به صورت ناشتا و حدود یک ساعت قبل از صبحانه بخورند.

در صورتی که بیمار داروهای دیگری نیز مصرف می‌کند، باید حداقل دو ساعت بعد از خوردن این قرص از آنها استفاده کند.

در واقع این فاصله دو ساعتی میان مصرف قرص لووتیروکسین و سایر داروها مورد مهمی است که باید به آن توجه داشت. مصرف مادام‌العمر یا موقت این قرص نیز موردی است که پزشک باید تعیین کند.

مصرف لووتیروکسین به میزان مناسب و بر اساس دستور پزشک عارضه‌ای برای افراد ایجاد نمی‌کند. اما مصرف بیش از حد آن می‌تواند باعث تپش قلب شود.

اگر بیماران و بخصوص خانم‌ها در سنین بالا، برای مدتی طولانی میزان بیشتری از داروی تجویز شده را مصرف کنند با کاهش تراکم استخوان نیز روبه‌رو می‌شوند.

مادران باردار دقت کنند

مصرف داروها در دوران بارداری از جمله نکات مهمی است که همواره موجب نگرانی مادران می‌شود.

در صورتی که مادر به کم‌کاری تیروئید مبتلاست و در دوران بارداری نیز باید از این قرص استفاده کند، مصرف منظم دارو کاملاً بی‌خطر و حتی به نفع سلامت مادر و جنین است.

خانم‌هایی که قصد مادر شدن دارند، در صورتی که در خانواده‌شان سابقه بیماری‌های تیروئید وجود دارد، یا خود مادر سابقه قبلی مشکلات تیروئید، جراحی تیروئید، سایر بیماری‌های خود ایمنی مثل دیابت نوع یک و هر گونه علامتی از مشکلات تیروئیدی دارد، حتماً باید تحت نظر پزشک آزمایش دهد تا در صورت نیاز، درمان‌های مربوط به این موضوع صورت گیرد.

معمولاً مادرانی که به کم‌کاری تیروئید مبتلا هستند، در صورت باردار شدن نگران بیماری فرزندشان می‌شوند و این سوال برایشان پیش

می‌آید که آیا نوزادشان به این بیماری مبتلا خواهد شد یا نه؟

ولی باید گفت کم‌کاری تیروئید مادر و نوزاد دو موضوع کاملاً متفاوت است. کم‌کاری تیروئید مادر به علل مختلفی ایجاد می‌شود که با علل کم‌کاری تیروئید در نوزادان متفاوت است و غیر از مواردی که کم‌کاری تیروئید مادر ناشی از کمبود ید نیست، معمولاً احتمال بروز بیماری برای جنینی که مادرش به این بیماری مبتلاست با جنینی که مادرش مشکلی ندارد، یکسان است.

در صورتی که کم‌کاری تیروئید از دوران جنینی وجود داشته باشد، ممکن است روی بهره‌های کودک تأثیر بگذارد و به همین دلیل امروزه در مورد این بیماری، غربالگری نوزادان در 5 روز اول تولد انجام می‌شود.

به محض تشخیص بیماری نوزاد باید درمان را شروع کرد تا عوارض ناشی از آن کودک را تهدید نکند.