

## بیماری کهکاری تیروئید

تیروئید غده‌ای پروانه‌ای شکلی با وزن تقریبی ۱۵ تا ۲۰ گرم است که در ناحیه جلوی گردن و روی نای قرار گرفته است. غده تیروئید جزو غدد درون‌ریز محسوب می‌شود. غدد درون‌ریز موادی به نام هورمون به داخل خون ترشح می‌کنند؛ هورمون‌ها با گردش خون به تمام نقاط بدن حمل می‌شوند و عملکرد یاخته‌های بدن را کنترل می‌کنند.



هورمون‌های غده تیروئید در تنظیم سوخت و ساز و مصرف انرژی بدن دخیل هستند و تقریباً روی تمام ارگان‌های بدن و عملکرد فیزیولوژیک آنها، مانند رشد و نمو مغز، تنفس، عملکرد قلب و سیستم اعصاب، تولید حرارت، نیروی عضلانی، وزن بدن، چربی‌های خون، شادابی پوست و مو و تنظیم قاعده‌گی در خانمهای موثر هستند.

غده تیروئید برای ساختن هورمون‌های تیروئید نیاز به ماده‌ای به نام ید دارد. ید یک عنصر شیمیایی موجود در طبیعت است که بدن ما قادر به تولید آن نیست. بنابراین منبع تأمین‌کننده ید بدن، غذاهای حاوی ید مانند شیر، تخم مرغ، پنیر، ماست، آبزیان و گیاهان دریابی هستند. با توجه به این که در خاک اکثر نقاط دنیا، بهخصوص مناطق کوهستانی، ید کافی وجود ندارد، منابع غذایی این مناطق نیز نمی‌توانند ید مورد نیاز بدن را تأمین کنند و به همین دلیل در این مناطق استفاده از نمک‌های یeddar به عنوان مهمترین عامل تأمین ید افراد محسوب می‌شود.





بیماری کمکاری تیروئید زمانی اتفاق می‌افتد که غده تیروئید قادر به تولید کافی هورمون تیروئید برای تأمین نیازهای بدن نباشد. بدون هورمون تیروئید کافی بسیاری از فعالیت‌های بدن آهسته می‌شوند. کمکاری تیروئید یک بیماری نسبتاً شایع است که میلیون‌ها نفر از مردم دنیا را درگیر کرده است.

### علائم کمکاری تیروئید کدامند؟

بیماری کمکاری تیروئید علائم متعددی دارد که از فردی به فرد دیگر متفاوت است. به این دلیل که بسیاری از علائم کمکاری تیروئید تحت شرایط دیگری نیز ممکن است بروز پیدا کنند، بسیاری از بیماران مبتلا از وجود بیماری خود مطلع نیستند. شایع‌ترین این علائم عبارتند از:

خستگی و ضعف،

افزایش وزن،

صورت پف‌آگود،

تحمل نداشتن به سرما و کاهش تعربیق،

افت تحصیلی در دانش آموزان و دانشجویان،

پوست و موهای خشک،

ریزش غیر طبیعی موها

دردهای مفصلی و عضلانی،

پیوست،

افسردگی

...



## چه افرادی مستعد ابتلا به بیماری کمکاری تیروئید هستند؟

در هر سنت، امکان بروز این بیماری وجود دارد اما در افراد بالاتر از ۶۰ سال شایع‌تر است. برقی از عوامل می‌توانند شانس ابتلا به بیماری تیروئید را در افراد افزایش دهند؛ از جمله:

- ◀ سابقه گواتر یا عمل جراحی تیروئید.
- ◀ سابقه فامیلی بیماری تیروئیدی.
- ◀ ابتلا به سایر بیماری‌های خودایمنی مانند رماتیسم مفصلی، لوپوس و دیابت نوع یک.
- ◀ خانمهای حامله یا خانمهایی که در ۶ ماه گذشته زایمان داشته‌اند.
- ◀ افرادی که در گذشته در نواحی سر و گردن پرتو درمانی دریافت کرده‌اند.
- ◀ افرادی که سابقه دریافت ید رادیواکتیو را برای درمان بیماری‌های تیروئید دارند.
- ◀ افرادی که در مناطق کوهستانی با کمبود ید شدید زندگی می‌کنند.

## چه عواملی باعث بروز بیماری کمکاری تیروئید می‌شوند؟

- ◀ تشکیل نشدن یا تشکیل ناقص غده تیروئید از دوران جنینی که باعث بیماری کمکاری مادرزادی تیروئید مادرزادی می‌شود.
- ◀ کمبود شدید ید.
- ◀ بیماری خود ایمنی تیروئید.
- ◀ برداشتن تمام یا قسمتی از تیروئید با عمل جراحی.
- ◀ ید رادیواکتیو.
- ◀ مصرف بزرگ از داروها از جمله آمیودارون (که برای نامنظمی ضربان قلب به کار می‌رود) و یا لیتیوم (که برای درمان بیماران روانی تجویز می‌شود).



## کمکاری تیروئید چگونه تشخیص داده میشود؟

بسیاری از علائم کمکاری تیروئید میتوانند در بیماری‌های دیگر هم بروز کنند. بنابراین تشخیص کمکاری تیروئید تنها بر اساس علائم بالینی امکان پذیر نیست. پزشکان معمولاً بعد از بررسی شرح حال و معاینه بیمار برای اثبات وجود بیماری کمکاری تیروئید، اندازه‌گیری‌های آزمایشگاهی هورمون‌های تیروئید را درخواست می‌کنند. در بعضی از موارد نیز از تصویر برداری کمک می‌گیرند.

## کمکاری تیروئید چگونه درمان می‌شود؟

بیماری کمکاری تیروئید معمولاً با تجویز هورمون تیروکسین مصنوعی (قرص تیروئید) که شبیه هورمون T4 تولید شده از غده تیروئید طبیعی است، درمان می‌شود. مقدار داروی مورد نیاز بستگی به سن و وزن بیمار و شدت بیماری کمکاری تیروئید دارد. برای رسیدن به مقدار مناسب هورمون تیروئید تجویز شده به بیمار، پزشکان معمولاً ۶ هفته بعد از شروع درمان، مقدار TSH خون بیمار را اندازه‌گیری می‌کنند. چنان‌چه مقدار آن به محدوده طبیعی رسیده باشد، نشان‌دهنده‌ی کافی‌بودن دارویی است که بیمار مصرف می‌کند. در صورتی که هنوز TSH بالاتر از حد طبیعی باشد، مقدار داروی تجویزی بیمار زیادتر می‌شود و مجدداً با اندازه‌گیری TSH خون بیمار هر ۶ هفته، مقدار داروی مورد نیاز بیمار مشخص می‌شود. پس از آن، بیمار قرص‌های لووتیروکسین را، طبق دستور پزشک معالج استفاده می‌کند.



## چه مواد و داروهایی با قرص لوتیروکسین تداخل دارند؟

صرف داروی لوتیروکسین با داروها و مواد زیر تداخل دارد و حداقل باید یک تا دو ساعت بین

صرف آنها فاصله باشد:

- داروهای حاوی آهن،
- داروهای ضد تشنج،
- کلستیرامین،
- شیرهای حاوی سویا،
- کلسیم،
- آلومینیوم هیدروکساید،
- فنتیتونین،
- استروژن،
- بعضی از آنتیبیوتیک‌ها.



- ▶ درمان بیماری کم کاری تیروپید در زنان باردار، با مصرف قرص لوتیروگسین، ضروری است.
- ▶ با مصرف منظم داروی تجویز شده، میتوان این بیماری را به طور کامل کنترل کرد. بسیاری از بیماران هبتهای تیروپید لازم است برای تمام طول عمر خود از قرص تیروپید استفاده کنند.
- ▶ به یاد داشته باشید که در مورد قطع یا ادامه درمان، تضمین باید توسط پزشک معالج گرفته شود.
- ▶ درمان متناسب بیماری کم کاری تیروپید در کودکان و نوجوانان از کوتاهی قد، افت تحصیلی، خمودگی و دیگر عوارض بیماری در آنان پیشگیری می‌کند.

## تهریه کنندگان:

- اداره غدد و متابولیسم؛ مرکز مدیریت بیماری‌های غیرواگیر و خاص؛ وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی
- پژوهشگاه علوم غدد درون ریز و متابولیسم؛ دانشگاه علوم پزشکی شهری شهید بهشتی
- اداره سلامت نوجوانان، جوانان و مدارس
- معاونت امور فرهنگی و پیشگیری سازمان بهزیستی کشور
- سازمان شبکه‌های ایران
- اداره سلامت هیات‌سالان
- اداره سلامت سالمندان
- دارو درمان پارس (Merck Serono)

