



АКАДЕМИЯ
ДОКТОРА РОДИОНОВА

КНИГА 11

Ольга Демичева

врач-эндокринолог с 30-летним стажем



ЧТО СО МНОЙ, ДОКТОР?

ВСЯ ПРАВДА О ЩИТОВИДНОЙ ЖЕЛЕЗЕ

- Один анализ ТТГ, который расскажет ВСЁ
- Как избежать появления зоба
- «Правильный» йод на нашем столе
- Все ли узлы щитовидной железы опасны

«Коварство заболеваний щитовидной железы в том, что они могут проявляться самыми неожиданными симптомами. Если даже вы не знаете, где находится щитовидная железа, обязательно прочитайте эту книгу. Она сохранит здоровье вам и вашим близким».

Доктор Антон Родионов

Академия доктора Родионова

Ольга Демичева

**Что со мной, доктор? Вся
правда о щитовидной железе**

«ЭКСМО»

2017

УДК 616.441
ББК 54.15

Демичева О. Ю.

Что со мной, доктор? Вся правда о щитовидной железе /
О. Ю. Демичева — «Эксмо», 2017 — (Академия доктора
Родионова)

ISBN 978-5-699-95209-0

Секреты щитовидной железы – это уже 10-я книга в серии «Академия доктора Родионова». Врач-эндокринолог с 30-летним стажем Ольга Демичева легко и понятно рассказывает о том, что такое щитовидная железа, какова ее функция в организме человека и какой может быть дисфункция. Она убедительно доказывает, что ничего страшного в лечении гормонами нет, а вот отсутствие внимания к проблемам «бабочки» может стать причиной серьезных последствий.

УДК 616.441
ББК 54.15

ISBN 978-5-699-95209-0

© Демичева О. Ю., 2017
© Эксмо, 2017

Содержание

Предисловие	6
От автора	8
Глава 1	11
Как устроена щитовидная железа	11
Немного истории	13
Конец ознакомительного фрагмента.	15

Ольга Демичева
Что со мной, доктор? Вся
правда о щитовидной железе

© Демичева О. Ю., текст, 2017

© Родионов А., текст, 2017

© Тихонов М., фото, 2016

© ООО «Издательство «Э», 2017

Предисловие



Основатель серии «Академия доктора Родионова» *Антон Родионов* и главный редактор медицинского направления *Ольга Шестова*

Щитовидная железа – один из самых загадочных органов, даже невозможно в двух словах описать, какую же функцию она выполняет в нашем организме. Если говорить очень обобщенно – регулирует обмен веществ. Это значит, что практически все органы и системы в той или иной степени находятся в прямой зависимости от функции этой маленькой, но очень важной железы. Следовательно, нарушение работы щитовидной железы влечет за собой разбалансировку всего организма, появляется множество симптомов, которые заставляют пациента обращаться к кардиологу, гастроэнтерологу, дерматологу... к кому угодно, но только не к эндокринологу – специалисту по заболеванию желез внутренней секреции.

Итак, щитовидная железа – это заЩИТница нашего организма не только по форме, но и по содержанию.

Среди пациентов, да что греха таить, и среди врачей существует множество заблуждений относительно заболеваний щитовидной железы и методов их лечения. Из этой книги вы узнаете множество интересных фактов не только о том, как лечить уже имеющиеся болезни, но и как сохранить здоровье железы как можно дольше.

Ольга Юрьевна Демичева – не только грамотнейший врач-эндокринолог и преподаватель, но и публицист, поэт и, самое главное, замечательный человек с активной гражданской позицией, отстаивающий права пациентов в условиях непростой ситуации в современном здравоохранении.

Как принято в нашей серии, книга написана очень простым языком, но вся изложенная в ней информация соответствует самым современным представлениям и отражает последние рекомендации международных мировых сообществ.

Если вы заботитесь о своем здоровье, обязательно прочтите и другие книги нашей серии.

Будьте здоровы!

Ваш доктор Антон Родионов

От автора

*Посвящение моему дорогому Учителю Леониду Израилевичу
Бененсону с благодарностью и любовью*

Здравствуйте, уважаемые читатели!

Меня зовут Ольга Юрьевна Демичева. Я врач-эндокринолог.

Это моя вторая книга по эндокринологии, написанная не для врачей, а для пациентов, людей без медицинского образования.

Первая книга называлась «Сахарный диабет» и оказалась по-настоящему востребована пациентами, их близкими и теми, кто хотел бы избежать сахарного диабета. Фактически книга про диабет стала «первой ласточкой» в давно задуманной мною научно-популярной серии «Занимательная эндокринология».

По данным Всемирной организации здравоохранения заболевания щитовидной железы занимают второе после диабета место среди болезней эндокринной системы. Поэтому, продолжая свою «Занимательную эндокринологию», я решила написать про щитовидную железу. Этот маленький орган окутан большим количеством легенд, мифов и фантазий, живущих и множасьихся среди наших пациентов.

Мне хотелось бы рассказать вам, дорогие читатели, правду о щитовидной железе – о её устройстве, работе, заболеваниях и состояниях. Знания дают нам возможность рассуждать правильно, не поддаваться суевериям, отвергать шарлатанов и своевременно обращаться за помощью к профессионалам.

«Сахарный диабет» и «Загадки щитовидной железы» вошли в популярный медицинский сборник «Энциклопедия доктора Родионова», где собраны публикации врача Антона Владимировича Родионова и его коллег-единомышленников. Книги этой серии давно уже стали домашней медицинской энциклопедией для многих жителей России.

В процессе работы над книгой я использовала серьёзные и авторитетные источники информации: данные Всемирной организации здравоохранения, отечественные, европейские и американские клинические рекомендации по тиреологии, материалы сайта Тиронет, архив Дискуссионного клуба Русского медицинского сервера. Неоценимую помощь оказали публикации моих глубокоуважаемых коллег, ведущих отечественных эндокринологов, специалистов в области тиреологии – Г. А. Мельниченко, В. В. Фадеева, Г. А. Герасимова, Н. А. Петуниной, В. Э. Ванушко.

Хочу сердечно поблагодарить за помощь, ценные советы и поддержку отца-основателя нашей «Академии» – Антона Владимировича Родионова, замечательного врача и педагога; Ольгу Леонидовну Шестову, главного редактора медицинского отдела ЭКСМО; художника Максима Викторовича Латкова; редактора Олесю Ключникову. Без этих замечательных людей книга бы не получилась.

Моя задача – рассказать вам просто о сложном, приподнять завесу тайны, которой окутаны медицинские знания, помочь вам заглянуть в удивительный и загадочный мир эндокринологии. Эта книга поможет вам подготовиться к очной консультации эндокринолога и осознанно выполнять рекомендации вашего врача.

Надеюсь, «Загадки щитовидной железы» вы прочтёте с таким же интересом, как и другие книги «Академии».

Желаю всем доброго здоровья и увлекательного чтения!



Введение

История человеческого ума есть история человеческой глупости.

Вольтер



У меня на приёме молодая женщина. Беременность 8 недель. Повышен уровень ТТГ (тиреотропного гормона гипофиза). Объясняю пациентке, что у неё гипотиреоз – снижение функции щитовидной железы. Назначаю препарат левотироксина в необходимой дозе, объясняю, что это важно для нормального развития плода. Пациентка уходит. Появляется у меня уже в третьем триместре беременности. ТТГ по-прежнему высок. Спрашиваю, пьёт ли назначенные препараты. Опускает глаза – нет, не пьёт, свекровь запретила – это же гормоны! Года через четыре случайно встречаю пациентку на улице, она ведёт за руку маленького сына. Меня узнала сразу: «Здравствуйте, доктор, вот мой Митя!» У Мити отсутствующий взгляд, на мамины обращения реагирует мычанием, всё время пытается вырвать свою руку из маминой ладони. Общаться не может. Моя пациентка подтвердила, что Митя до сих пор не говорит и заметно отстаёт в развитии от сверстников. У неё самой бледное отёчное лицо, голос стал грубоватым, охрипшим: похоже, гипотиреоз прогрессирует.

Грустная и нередкая история. Поводом не выполнить назначение врача становится «железный» аргумент – «Я не стану пить гормоны!» Когда пытаюсь выяснить почему, слышу невразумительные ответы типа «вдруг растолстею?» или просто «я знаю, что это вредно».

Что же такое «гормоны»? Это название образовалось от греческого слова ὁρμάω [hormáo] – привожу в движение, возбуждаю, побуждаю. **Гормоны** – специфические биологические стимуляторы. Они вырабатываются особыми железами, получившими название эндокринных или желез внутренней секреции. Образовавшись в той или иной эндокринной железе, гормоны поступают в кровоток и добираются до каждого органа, до каждой клетки нашего организма. Там они выполняют свою работу – регулируют обмен веществ в каждой клетке, руководят синтезом белка, энергообменом и другими жизненно важными процессами. Эффекты гормонов разнообразны, уникальны и совершенно необходимы для гармоничной работы организма. Вероятно, смутно догадываясь, что именно гормоны обеспечивают гармонию процесса обмена веществ, некоторые пациенты делают в написании этого слова типичную ошибку: вместо «гОрмон» пишут «гАрмон».

В нашем организме вырабатывается множество разных гормонов. При некоторых заболеваниях случается так, что выработка одних гормонов снижается, а других повышается, и тогда работа организма разлаживается.



Все процессы нашего организма напрямую или косвенно связаны с деятельностью гормонов.

Иногда одна или несколько эндокринных желёз полностью утрачивают свою функцию. При этом развиваются весьма грозные симптомы, часто завершающиеся смертельным исходом, если не начать правильное лечение. А что такое правильное лечение при недостатке определённого гормона? Конечно же, его возмещение (замещение) в нужных для человека количествах.

Бывает и наоборот: эндокринная железа внезапно выходит из-под контроля и начинает производить слишком много гормонов. Причиной может быть образование аденомы (доброкачественной опухоли железы) или поломка иммунной системы, приведшая к образованию стимулирующих антител, заставляющих эндокринную железу работать в режиме «горшочек, вари!».



**Избыток гормонов так же опасен, как и недостаток.
«Наводнение не лучше засухи».**

Для лечения «разбушевавшейся» железы либо назначают препараты, блокирующие её работу, либо «непослушную» железу удаляют.

Лечением болезней эндокринной системы занимаемся мы – врачи-эндокринологи. Всё в эндокринологии логично: замещаем то, чего недостаёт; убираем то, что в избытке.

Пример, приведённый в начале, демонстрирует, как влияет снижение функции щитовидной железы матери в период беременности на здоровье ребёнка.

Гипотиреоз – снижение функции щитовидной железы – требует постоянного возмещения дефицита левотироксина, основного гормона щитовидной железы. Позже мы подробно поговорим об этом.

По-латыни название щитовидной железы – *glandula thyr(e)oidea*. Из-за беглой буквы «е» в русскоязычной терминологии до сих пор нет единства написания терминов. Где-то прочтём «тиреоидные гормоны», а где-то «тироидные». Где-то напишут «тиреоидология», а где-то «тиреоидология». В принципе приемлемы оба варианта.



Запомните: для описания щитовидной железы в медицине используют термины с корнем «тиро-» или «тирео-».

Эта книга расскажет вам о здоровье и болезнях щитовидной железы, о её гормонах, о нарушениях её функции, о том, что такое зоб и какими бывают узлы щитовидной железы. Вы научитесь правильно заботиться о щитовидной железе, узнавать симптомы её заболеваний и даже разбираться в результатах некоторых анализов.

Если будете внимательными читателями, то щитовидная железа раскроет перед вами свои тайны, и для вас не останется загадок, связанных с этим замечательным органом эндокринной системы.

Глава 1

Бабочка или щит?

Ты у меня одна...
Песня

Как устроена щитовидная железа

В медицинской литературе описание нашей «героини» до обидного скучное: «щитовидная железа – непарный орган, расположенный на передней поверхности шеи, снизу от гортани и спереди от трахеи, тёмно-красного цвета, массой 25–30 граммов, состоящий из двух долей, соединённых перешейком».

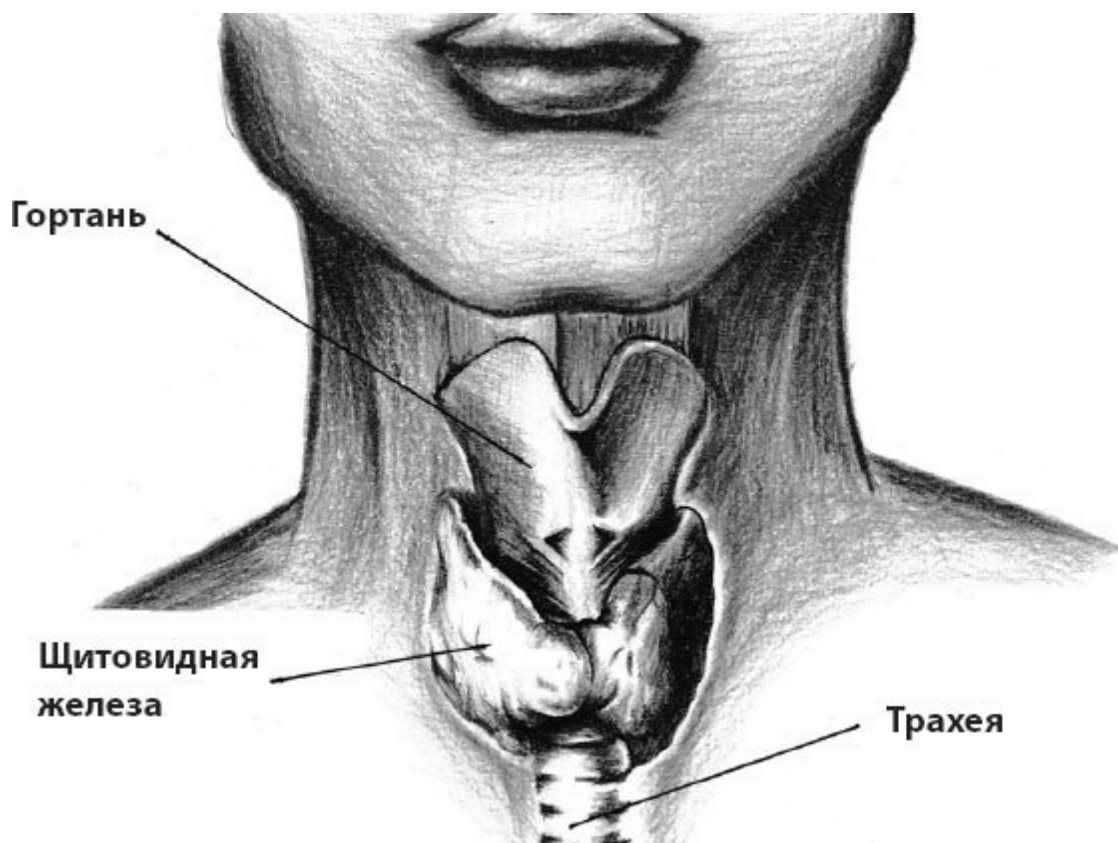
Щитовидная железа – древний орган. Она имеется не только у млекопитающих, но и у земноводных (лягушек, тритонов и др.).

Непарный орган – значит единственный. Как, например, сердце или печень. Форму щитовидной железы сравнивают со щитом или с бабочкой. Можно ещё сравнить с летящей птичкой или с миниатюрной летучей мышью. Простор для фантазии такой же, как при рассматривании облаков – у каждого свои ассоциации.

Щитовидная железа лежит под кожей шеи, и если кожа молодая и тонкая, а шея длинная, как это бывает у подростков и худощавых женщин, щитовидную железу иногда можно заметить, даже если она не увеличена. И – да! – контуры её напоминают небольшую бабочку, распластавшую крылья. Форма шеи бывает разная, и рассмотреть щитовидную железу удаётся редко. Можно прощупать щитовидную железу под кожей, но не всегда и не у всех. У большинства мужчин с развитой мускулатурой, у людей с короткой, толстой шеей щитовидную железу невозможно ни увидеть, ни ощутить рукой. И всё-таки она есть у всех здоровых людей.

Щитовидная железа невелика, но она самая крупная из эндокринных желез. Представьте, какие они маленькие, но какие могучие – **железы внутренней секреции**, управляющие нашим обменом веществ?

Каждая доля щитовидной железы состоит из маленьких долек – тиреонов. Каждый **тиреон** состоит из 30–50 крошечных (меньше миллиметра) круглых пузырьков – фолликулов. В щитовидной железе около 30 миллионов фолликулов. Стенки фолликула выстланы клетками **тиреоцитами**. Тиреоциты вырабатывают коллоид (особое желеобразное вещество), богатый гормонами. Этим коллоидом заполнен каждый пузырёк-фолликул. В коллоиде содержится большое количество белка **тиреоглобулина (ТГ)** – материала для производства гормонов.



Устройство щитовидной железы

Два основных гормона щитовидной железы:

1. **тетрайодтиронин**, он же **тироксин**, он же **T4**;
2. **трийодтиронин**, он же **T3**.

Количество вырабатываемого T4 значительно, в десятки раз, превышает количество T3. Справедливо будет сказать, что главным продуктом щитовидной железы является именно T4 (тироксин).

Щитовидная железа – самый кровоснабжаемый орган в нашем организме. Она получает кровь из пяти артериальных бассейнов. Сосуды ветвятся, проникая в глубины железы, к каждому тиреону. Крошечные артерии – артериолы – подходят к фолликулам, доставляя кислород и питательные вещества, в том числе **йод** и **аминокислоту тирозин**, именно эти вещества являются строительным материалом для производства тиреоидных гормонов.

Между фолликулами расположены особые С-клетки. Они производят гормон **кальцитонин**, участвующий в обмене кальция.

Снаружи железа покрыта тонкой оболочкой – **капсулой**.

Позади щитовидной железы расположены **паращитовидные (околощитовидные) железы**, вырабатывающие **паратиреоидный гормон** (ПТГ, парат-гормон). При недостатке парат-гормона нарушается состояние костей, зубов, нервной системы, возможно развитие судорог. При его избытке в крови повышается уровень кальция, образуются камни в почках. Количество паращитовидных желёз индивидуально, но чаще четыре. А общая их масса всего 0,1 г.

Немного истории

О том, что болезни щитовидной железы существуют много тысячелетий, рассказывают нам древние статуи, изображающие людей с зобом и пучеглазием (офтальмопатией).



Древнее изображение человека, страдающего заболеванием щитовидной железы

В древних описаниях болезней встречаются упоминания о зобе и кретинизме – заболеваниях, которые, как мы теперь знаем, связаны со щитовидной железой. В Китае существовали рецепты лечения зоба золой из морских водорослей, богатых йодом.

В греко-римский период Арелий Цельсий, а позже Галлен изучали и описывали щитовидную железу, считая её частью голосового аппарата.

В 1475 году китайский лекарь Ванг Хей предложил использовать высушенную щитовидную железу свиней для лечения зоба.



Строение щитовидной железы внимательно изучали в эпоху Возрождения. К примеру, в начале XVI века великий Леонардо да Винчи изобразил щитовидную железу, подробно прорисовав ее сосуды и нервы.

В 1543 году анатомическое строение железы описал Андреас Везалий, а в 1656 году британский анатом Томас Вартон назвал железу «щитовидной» из-за своеобразной формы органа.

Но до XIX века ничего не было известно о функции щитовидной железы. Ей приписывались различные свойства. В разных описаниях железа рассматривается то как сосудистый шунт, то как регулятор тембра голоса и «источник смазки» для органов шеи.

В 1836 году анатом больницы Св. Гая в Лондоне, директор Гордоновского музея медицины, незаслуженно забытый отец эндокринологии Томас Уилкинсон Кинг, изучая строение щитовидной железы, обнаружил, что коллоид накапливается в фолликулах и по мере необходимости выделяется в кровь. Кинг считал, что железа выделяет свой «инкрет» в экстремальных ситуациях, способствуя адаптации организма к стрессу. Да, друзья, «гормоны стресса» предсказал Томас Уилкинсон Кинг еще в далеком 1836 году! Но Кинг ошибочно решил, что эти гормоны вырабатывает щитовидная железа. К сожалению, талантливый исследователь умер от туберкулёза в возрасте 37 лет, так и не опубликовав большую часть своих работ. Они были изданы уже после его смерти.

Почти одновременно с открытиями Кинга ирландский врач Роберт Джеймс Грейвс опубликовал три собственных клинических наблюдения, описав два случая зоба с тахикардией и один случай зоба, тахикардии и экзофтальма.

В это же время немецкий врач и учёный Карл Адольф фон Базедов описывает так называемую «мерзебургскую триаду» – зоб, экзофтальм и тахикардию. Публикации Грейвса и Базедова принесли им славу первооткрывателей диффузного токсического зоба – заболевания, названного их именами. В 1878 году Роберту Джеймсу Грейвсу был установлен памятник в Дублине.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.