

Юлия ПОПОВА



БОЛЕЗНИ ЩИТОВИДНОЙ ЖЕЛЕЗЫ

ВЫБОР ПРАВИЛЬНОГО ЛЕЧЕНИЯ



Играй, гормон!
Причины болезней
и способы их лечения

Всегда ли полезен йод?
Мнение специалиста

Когда идти к врачу?
Первые признаки
нарушения работы
щитовидной железы



«СПИ.РФ»

Ваш семейный врач

Юлия Попова

**Болезни щитовидной железы.
Выбор правильного лечения,
или Как избежать ошибок и не
нанести вреда своему здоровью**

«Крылов»

Попова Ю. С.

Болезни щитовидной железы. Выбор правильного лечения, или
Как избежать ошибок и не нанести вреда своему здоровью /
Ю. С. Попова — «Крылов», — (Ваш семейный врач)

Щитовидная железа – один из важнейших органов нашего тела. От ее функционального состояния зависит работа головного мозга, сердечно-сосудистой системы и даже настроение и наш вес. А потому за здоровьем щитовидной железы нужно следить и правильно лечиться, если вы все же заболели. В этой книге опытный врач Юлия Попова расскажет все самое важное о самых распространенных заболеваниях щитовидной железы, таких как гипо– и гипертиреоз, базедова болезнь. Методы диагностики и профилактики, симптомы и течение болезни, а главное, все способы лечения – в книге эндокринолога с огромным стажем. Давайте лечиться правильно!

© Попова Ю. С.

© Крылов

Содержание

Введение	5
Несколько слов о строении и функциях щитовидной железы	7
Как устроена щитовидная железа	7
Тиреоидные гормоны – регуляторы обмена веществ	9
Как диагностируются заболевания щитовидной железы	11
Анализ крови	13
Измерение тиреотропного гормона (ТТГ)	13
Конец ознакомительного фрагмента.	14

Юлия Попова

Болезни щитовидной железы. Выбор правильного лечения

Введение

В последние годы во всем мире отмечается устойчивый рост различных заболеваний эндокринной системы. Наиболее распространенным среди них, конечно же, является сахарный диабет, то есть нарушение работы поджелудочной железы. Второе же печальное место в списке таких заболеваний занимают болезни щитовидной железы.

Эндокринная система – одна из важнейших областей нашего организма. За счет гормонов, вырабатываемых ее железами, в нем регулируется и координируется деятельность всех органов и других систем. Эндокринная система позволяет организму приспособиться к постоянно меняющимся условиям внешней и внутренней среды и поддерживает нормальную жизнедеятельность человека. Совместно с нервной и иммунной системами она обеспечивает возможность продолжения человеческого рода, способствует росту и развитию организма, а также отвечает за образование, использование и сохранение энергии.

Щитовидная железа, так же как и гипофиз, поджелудочная железа, надпочечники, яички, яичники и эпифиз, относится к «классическим» эндокринным железам и играет важнейшую роль в поддержании *гомеостаза*, то есть постоянства внутренней среды нашего организма. Гормоны, которые она вырабатывает, регулируют обмен веществ и оказывают влияние на все стороны жизни человека, в том числе даже на его настроение и внешний вид.

Тем печальнее тот факт, что, несмотря на все успехи современной медицины, количество заболеваний щитовидной железы по-прежнему не снижается. И это при том, что в наше время все они поддаются лечению! Причина в том, что обычно люди обращаются к врачу лишь тогда, когда болезнь заходит слишком далеко и ее проявления становятся явными, а значит, сил и времени на лечение придется потратить гораздо больше.

Поэтому так важно научиться распознавать заболевания щитовидной железы на ранних стадиях. А для этого необходимо взять за правило внимательно относиться к своему здоровью, а при появлении признаков болезни не заниматься бесполезным и часто даже опасным самолечением, а как можно скорее обратиться к врачу.

Заболевания щитовидной железы имеют много разных симптомов, которые часто бывают неявными и на первый взгляд не имеют с этим органом ничего общего. Конечно, если на шее уже отчетливо виден зоб, то сомнений не возникает – это проблемы со щитовидкой (так в народе кратко называют щитовидную железу), и нужно идти к врачу. Но вот связать с этой маленькой железой утомляемость и сонливость либо, наоборот, излишнюю активность и нервозность довольно трудно. Так же как и рассеянность, подавленное состояние и угрюмый взгляд на мир: их обычно принимают за проявления депрессии или просто временное плохое настроение, из-за которого к доктору идти не обязательно.

Но на самом деле эти признаки являются одними из первых симптомов нарушений в работе щитовидной железы. Конечно, может оказаться, что усталость и раздражительность действительно связаны с большими нагрузками или с переменой погоды, однако в данном случае лучше перестраховаться и проверить щитовидку сейчас, чем потом, когда болезнь перейдет в более тяжелую стадию, проходить дорогостоящие курсы лечения.

Болезни щитовидной железы известны с древнейших времен, и медицина накопила огромный опыт в их диагностике и лечении. Раньше большинство из них, например зоб, лечились в основном при помощи хирургического вмешательства. Но теперь операции на щитовидке делаются только в самых крайних случаях. А потому при болезнях этого органа не нужно бояться врача и тем более ни в коем случае нельзя заниматься самолечением. Нередко, узнав о том, что заболевания щитовидной железы как-то связаны с йодом, люди начинают лечиться при помощи этого элемента, потребляя в огромных количествах морскую капусту или даже просто йодную настойку! А ведь далеко не всегда болезни щитовидки вызваны дефицитом йода, часто его повышенное количество в организме даже вредно.

Нюансов в лечении заболеваний щитовидной железы очень много, и их невозможно раскрыть в одной небольшой книге. Поэтому речь здесь пойдет только о некоторых важных моментах, необходимых каждому человеку, чтобы вовремя заметить недуг. Однако эта книга ни в коей мере не является руководством к лечению.

Помните, что только квалифицированный врач-эндокринолог может назначить вам правильное лечение, подобрать необходимые лекарства и проконтролировать их результативность.

Правда, здесь приводятся некоторые методики вспомогательного лечения, которые нельзя напрямую отнести к официальной медицине, но которые в то же время были ею признаны, опытные врачи часто рекомендуют их своим пациентам наряду с основным лечением щитовидной железы. Большинство этих методик направлены на снижение неприятных последствий заболеваний щитовидки – бессонницы, нервной возбудимости и головной боли. Также в этой книге приводятся средства для нормализации работы иммунной системы, поскольку она очень тесно связана с эндокринной. Большое значение уделяется здесь и профилактике болезней щитовидной железы.

Однако вы не найдете здесь никаких «чудесных средств» и «уникальных лекарств» для лечения болезней этого органа – их просто не существует в природе.

Не поддавайтесь на обман, помните, что лечение заболеваний, о которых пойдет речь дальше, потребует от вас много терпения и дисциплины. Впрочем, разве это большая плата за счастье здоровой жизни?

Несколько слов о строении и функциях щитовидной железы

Как устроена щитовидная железа

На сегодняшний день щитовидная железа считается наиболее изученным органом эндокринной системы, хотя загадок в ее строении и работе все еще остается достаточно много. Из-за этого при диагностике и лечении ее заболеваний часто возникают некоторые сложности.

Это довольно небольшой по размерам орган: его масса у взрослого человека составляет 30 – 40 г, а размер каждой его доли достигает 4 см в длину и 1 – 2 см в толщину. Расположен он в области шеи, чуть ниже гортани. Свое название щитовидная железа получила от *щитовидного хряща* гортани, рядом с которым она расположена. Именно этот хрящ имеет форму щита, в то время как сама железа по своему внешнему виду напоминает скорее бабочку. Она состоит из двух долей – правой и левой, соединенных *перешейком*. Примерно каждого четвертого в щитовидной железе имеется еще одна доля, пирамидальная.

Перешеек щитовидной железы находится примерно на уровне 1 – 3-го или 2 – 4-го хряща трахеи, а верхние концы ее правой и левой долей достигают гортани. У щитовидной железы есть специальная *фиброзная капсула*, соединяющая ее с соседними органами. Благодаря ей при глотании железа немного поднимается кверху, да и вообще может в небольших пределах смещаться вверх и в стороны, что предохраняет ее от разрывов и травм.

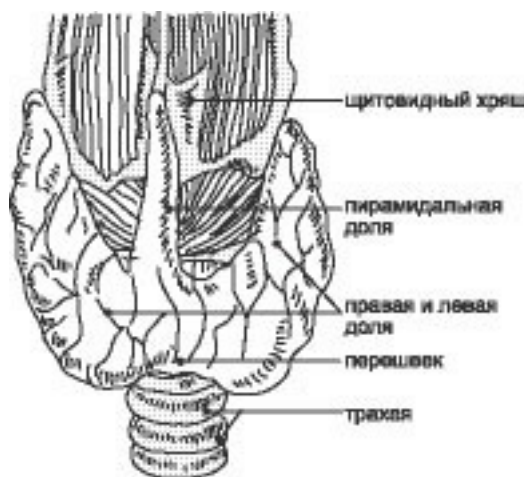


Рис. 1. Строение щитовидной железы

Наружная поверхность щитовидной железы выпуклая, а внутренняя, то есть та, которой железа как бы охватывает трахею и гортань, – вогнутая.

Ткань щитовидной железы состоит из множества долек, а они, в свою очередь, из большого количества пузырьков – *фолликулов*. Стенки этих пузырьков образованы особым однослойным эпителием. В норме он кубический, при повышенной активности железы – высокий цилиндрический, а при пониженной – плоский. Этот признак эпителия используют при исследовании образцов ткани щитовидной железы, полученной при биопсии.

Полости фолликулов заполнены *коллоидом* – вязкой массой, в которой находятся биологически активные вещества. Главное из них – *йодсодержащий белок тиреоглобулин*. Он и дру-

гие вещества фолликулов принимают участие в синтезе гормонов, поступающих затем в кровь. Щитовидная железа вырабатывает гормоны *тироксин*, *трийодотиронин* и *тиреокальцитонин*.

Как и все органы эндокринной системы, щитовидная железа обильно пронизана кровеносными сосудами. Кровь по ним течет с большой скоростью (в 100 раз быстрее, чем в сосудах ног, и в 28 раз быстрее, чем в сосудах головного мозга). В течение минуты через каждый грамм ткани щитовидной железы протекает 5,5 литра крови! Эта особенность позволяет вырабатываемым железой гормонам быстро поступать к тканям-мишеням, то есть к тем тканям, на которые эти гормоны непосредственно воздействуют. Кроме того, благодаря большой скорости кровотока сама щитовидная железа получает все необходимые ей вещества – прежде всего йод.

Щитовидная железа полностью формируется к 8 – 9-му месяцу внутриутробного развития ребенка. А гормоны в ней начинают вырабатываться еще раньше – на пятой неделе развития плода. К концу первого года жизни человека масса железы удваивается, а особенно интенсивно она растет в период полового созревания: к 18 – 20 годам ее масса увеличивается в 20 раз!

Ранняя диагностика нарушений работы щитовидной железы у детей очень важна: недостаток гормонов может вызвать у них серьезную задержку психического развития, нарушение пропорций тела, а впоследствии еще и проблемы с половым созреванием.

Тиреоидные гормоны – регуляторы обмена веществ

Нашему организму требуются ничтожные количества гормонов: например, в сутки у нас вырабатывается всего 0,1 мг тироксина. В составе всех гормонов щитовидной железы выделяется 0,3 мг йода. Но эффект, производимый этими мизерными количествами, поистине огромен: миллиграммы гормонов регулируют и согласовывают между собой работу всех органов и систем. Именно поэтому малейшие отклонения в производстве гормонов способны привести к тяжелым последствиям для здоровья.

Важнейшее значение гормонов тироксина и трийодтиронина заключается в том, что они регулируют интенсивность окислительных процессов в организме. Если их выработка недостаточна, обмен веществ снижается и в результате развивается ожирение, а также появляются отеки и повышается утомляемость. При избытке гормонов обмен веществ, наоборот, повышается: человек худеет, даже если начинает есть больше, чем обычно, у него учащается сердцебиение, а нервная система становится очень возбудимой.

Все органы эндокринной системы тесно связаны между собой. Так, выработка гормонов щитовидной железы регулируется *тиреотропным гормоном (ТТГ)*, который вырабатывает передняя доля гипофиза, а повышенное содержание тироксина, в свою очередь, тормозит синтез ТТГ. Ну а «высшей контролирующей инстанцией» для синтеза всех гормонов щитовидной железы и гипофиза является *гипоталамус*. Этот орган вырабатывает *тиреотропин-рилизинг-гормон (ТРГ, или тиролиберин)*, который стимулирует переднюю долю гипофиза на выработку ТТГ.

Система из этих трех органов (гипоталамуса, гипофиза и щитовидной железы), как и весь наш организм, живет по биологическим часам. Максимальная концентрация тиреоидных гормонов в крови наблюдается утром. Вечером же их уровень минимальный.

При изменениях концентрации в крови гормонов щитовидной железы гипоталамус немедленно понижает или повышает выработку тиролиберина. К сожалению, при заболеваниях щитовидной железы вся эта созданная природой схема нарушается, что еще более усугубляет болезнь.

Кроме этого, для выработки тироксина и трийодтироксина обязательно нужен йод. При его недостатке выделение гормонов щитовидки снижается, что сразу же приводит к усиленному синтезу тиреотропного гормона. Он действует на ткани щитовидной железы, она начинает разрастаться (гипертрофироваться), и в результате возникает зоб.

Все эти сложные взаимосвязи между гормонами различных желез обязательно должны учитываться при назначении лекарств. И по этой же причине опасно заниматься самолечением: человеку, далекому от медицины, очень трудно отследить все сложные процессы, происходящие в его организме, когда медикаменты воздействуют, вроде бы, только на саму щитовидную железу.

Следует также помнить, что современные врачи тесно связывают работу эндокринных желез с состоянием нервной системы. Сейчас даже принято говорить не просто об эндокринной системе, а о нейроэндокринной, подчеркивая таким образом, что в контроле за работой организма участвуют не только эндокринные железы и производимые ими гормоны, но и нервы, что еще более усложняет картину нарушений в работе отдельных желез.

Третий гормон, синтезируемый щитовидной железой, – *тиреокальцитонин* – вместе с другими гормонами, например паратгормоном, вырабатываемым околощитовидными железами, контролирует обмен кальция и фосфора в организме. Изменения его уровня могут привести к тяжелым последствиям, особенно в раннем возрасте: в частности, к неправильному формированию скелета и заболеваниям позвоночника.

Как диагностируются заболевания щитовидной железы

При любом заболевании самый важный этап – это диагностика, то есть постановка правильного диагноза, определение стадии заболевания и выявление его причин. Только после этого врач сможет назначить пациенту правильное лечение.

От диагноза зависит не только выбор самих лекарственных препаратов, но еще и их дозировка, а также определение комбинации разных медикаментов, которые смогут помочь какому-либо конкретному человеку. Часто во время врачебного обследования или после получения результатов лабораторных анализов выясняется, что у пациента обнаружен целый «букет» болезней, и тогда лечение щитовидной железы должно назначаться с учетом всех сопутствующих недугов так, чтобы не принести вреда другим органам и системам организма.

Постановка диагноза начинается практически сразу после того, как вы перешагнули порог кабинета врача. Опытный специалист часто может уже по вашему внешнему виду сделать кое-какие первые выводы о вашем состоянии и определить для себя вероятные причины болезни. Состояние кожи и волос, цвет лица, блеск глаз и даже поведение пациента – все эти «мелкие» нюансы могут сказать об очень многих вещах. К примеру, хороший врач обязательно должен обратить внимание, ведете ли вы себя вяло и заторможенно или же, наоборот, суетитесь без меры – это первичные признаки гипо– или гипертиреоза.

Далее врач спросит вас о ваших жалобах, о тех симптомах, которые вас беспокоят. Помните: чем более детально вы расскажете врачу о своем состоянии, тем быстрее и точнее он сможет поставить вам предварительный диагноз и назначить дальнейшие исследования. Старайтесь только обходиться без лишних слов и без отвлеченных разговоров, сообщите врачу все те моменты, которые вас беспокоят, даже если они кажутся вам не относящимися к делу, – для диагностики заболеваний эндокринной системы очень важны именно такие мелочи, так как большинство симптомов этих болезней могут встречаться и при целом ряде других недугов.

Чтобы вам было легче рассказать врачу о волнующей вас проблеме, перед визитом к доктору желательно ответить для себя на следующие вопросы.

- Как в последнее время изменилось ваше общее самочувствие?
- Как вы реагируете на окружающую температуру? Не бывает ли вам постоянно холодно или, наоборот, жарко? Потеете ли вы больше, чем раньше?
- Изменились ли у вас вкусовые предпочтения – например, вы вдруг стали есть больше сладкого или горького?
- Если вы регулярно измеряете себе артериальное давление, каковы были его изменения в последние недели и дни (если они вообще были)?
- Часто ли за последний год вы болели простудными заболеваниями? Как вы себя при этом чувствовали? Брали ли вы больничный лист или переносили простуду на ногах?
- Были ли у вас в последний год другие болезни, и если были, то какие? Чем и как вы их лечили? Какие лекарственные препараты принимали?
- Для женщин: изменились ли у вас менструальные циклы, их ритмичность, длительность, обильность, не появилась ли болезненность?
- Для мужчин: изменился ли в последнее время уровень потенции?

В этой книге в описаниях различных болезней щитовидной железы приводятся их симптомы. Обратите на них внимание, и если вы заметите, что какие-то из них проявляются у вас, обязательно расскажите об этом доктору.

После первого приема врач обязательно назначит вам дополнительные обследования и лабораторные анализы. Они необходимы для того, чтобы уточнить диагноз и определить стадию развития заболевания. Известны случаи, когда по всем внешним признакам у человека можно было определить гипертиреоз, но анализы крови показывали, что с щитовидной железой у него все в порядке. Или наоборот: особо ярких признаков болезни может не быть, но лабораторные исследования говорят о том, что функция щитовидной железы нарушена.

Кроме того, лабораторная и аппаратная диагностика поможет доктору проследить, как проходит лечение, приносит ли оно положительные результаты или нужно поменять тактику. По показаниям анализов и сканирования щитовидной железы врач может принять решение и о хирургическом лечении заболевания – в том случае, если это необходимо.

Давайте познакомимся с наиболее распространенными методами диагностики, которые может назначить вам ваш эндокринолог. Конечно, здесь рассказано далеко не обо всех из них. Кроме того, комбинация этих методов также может быть разной, ее тоже выбирает доктор – для каждого конкретного пациента свою. Но, как правило, анализ крови и УЗИ используются практически во всех случаях.

Анализы крови

Измерение тиреотропного гормона (ТТГ)

ТТГ, вырабатываемый гипофизом, стимулирует образование и выброс в кровь гормонов щитовидной железы. Если уровень гормонов щитовидки уменьшается, уровень ТТГ увеличивается, и наоборот. Как видно, между количеством этих веществ существует прямая зависимость, и именно поэтому при подозрении на заболевание щитовидной железы анализ крови на ТТГ назначают в первую очередь.

Это исследование помогает определить, имеет ли у человека место гипертиреоз (то есть повышенный уровень ТТГ) либо гипотиреоз (пониженный уровень этого гормона) или же функция щитовидной железы не нарушена. Иногда уровень ТТГ может снизиться в результате приема некоторых лекарств, например кортикостероидов (преднизолон и другие), или при другом тяжелом заболевании, не связанном с щитовидной железой. Так что для уточнения диагноза пациенту с пониженным уровнем ТТГ назначают другие анализы и исследования.

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.